

**SKRIPSI**

**EFEKTIVITAS *PROBLEM FOCUSED COPING* DALAM  
MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR DI UPT  
SMA NEGERI 1 PINRANG**



**OLEH**

**JURIA DEWI  
NIM: 19.3200.028**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING ISLAM  
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI  
PAREPARE**

**2025 M/1446 H**

**EFEKTIVITAS *PROBLEM FOCUSED COPING* DALAM  
MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR DI UPT  
SMA NEGERI 1 PINRANG**



**OLEH**

**JURIA DEWI**  
**NIM: 19.3200.028**

Skripsi Sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)  
pada Program Studi Bimbingan Konseling Islam Fakultas Ushuluddin, Adab Dan  
Dakwah Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Parepare

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING ISLAM  
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI  
PAREPARE**

**2025 M/1446 H**

Disetujui Oleh:

Enf.

Dekan,  
Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah

Dekan,  
Fakultas Ushuluddin,  
Institut Islam Negeri  
Sunan Kalidjaja, M.  
NIP. 1966023119920

## PENGESAHAN KOMISI PENGUJI

Judul Skripsi : Efektivitas *Problem Focused Coping* Dalam  
Meningkatkan Motivasi Belajar di UPT SMA  
Negeri 1 Pinrang

Nama Mahasiswa : Juria Dewi

NIM : 19.3200.028

Program Studi : Bimbingan Konseling Islam

Fakultas : Ushuluddin, Adab dan Dakwah

Dasar Penetapan Pembimbing : Surat Penetapan Pembimbing Skripsi  
Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah  
B-1040/In.39/FUAD.03/PP.00.9/05/2023

Tanggal Kelulusan : 24 Januari 2025

Disahkan oleh Komisi Penguji

Dr. Muhammad Qadaruddin, M.Sos.I. (Ketua)

Emilia Mustary M.Psi. (Sekertaris)

Nur Afiah, M.A (Anggota)

Muhammad Haramain, M.Sos.I (Anggota)

(.....)  
(.....)  
(.....)  
(.....)

Mengetahui:

Dekan  
Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah



Dr. A. N. Nidam, M.Hum  
NIP: 196412311992031045

## KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ  
 الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ، وَبِهِ نَسْتَعِينُ عَلَى أُمُورِ الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ، وَالصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ عَلَى أَشْرَفِ الْأَنْبِيَاءِ وَ  
 الْمُرْسَلِينَ وَعَلَى آلِهِ وَصَحْبِهِ أَجْمَعِينَ، أَمَّا بَعْدُ

Puji Syukur yang seluas-luasnya penulis haturkan kepada Allah *Subhanahu Wa Ta'ala*, Tuhan seluruh makhluk, pemilik seluruh ilmu yang karena ilmu-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini yang merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana (S.Sos) di Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah, Institut Agama Islam Negeri Parepare. Salawat serta salam senantiasa turunkan kepada Rasulullah Muhammad *Shallallahu 'Alaihi Wasallam*, Sang Revolusioner sejati yang telah membawa ummat-Nya dari zaman jahiliyah menuju zaman peradaban ilmu pengetahuan.

Penulis haturkan terima kasih dan cinta yang tanpa batas kepada kedua orang tua penulis yang menjadi garda terdepan untuk memotivasi setiap langkah dan hal-hal yang ingin dicapai oleh penulis. Untuk seluruh keluarga yang terkasih, terima kasih untuk doa, harapan dan dukungan yang telah diberikan kepada penulis.

Terima kasih yang sebanyak-banyaknya penulis sampaikan kepada Pak Qadaruddin, M.Sos.I dan Ibu Emilia Mustary, M.Psi yang telah menjadi pembimbing dengan penuh perhatian. Sehingga dalam penyusunan skripsi ini, banyak ilmu yang dibagikan kepada penulis untuk belajar dan bertumbuh menjadi lebih baik.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini disusun dengan cukup banyak kesulitan yang dihadapi tetapi berkat usaha, kerja keras, keteguhan dan adanya bantuan yang diberikan oleh segenap pihak sehingga skripsi ini dapat diselesaikan. Selanjutnya penulis menyampaikan pula ucapan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Hannani, M.Ag sebagai Rektor IAIN Parepare yang telah bekerja mengelola pendidikan di Institut Agama Islam Negeri Parepare.

2. Dr. A. Nurkidam, M.Hum sebagai Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah yang telah menciptakan suasana pendidikan yang positif bagi mahasiswa.
3. Ketua Program Studi BKI Ibu Emilia Mustary, M.Psi yang telah berdedikasi secara terbaik dan bertanggung jawab terhadap prodi.
4. Dr. H. Muhammad Saleh, M.Ag sebagai dosen pembimbing akademik penulis.
5. Seluruh Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah, yang telah mengajarkan dan berbagi ilmu kepada penulis selama menjalani proses perkuliahan.
6. Ibu Nur Afiah, M.A dan Bapak Muhammad Haramain, M.Sos.I sebagai dosen penguji yang telah memberikan perhatian dan saran untuk perbaikan skripsi ini.
7. Bapak dan Ibu Guru, staff serta siswa-siswi UPT SMA Negeri 1 Pinrang yang telah memberikan kemudahan penulis dalam melakukan penelitian.
8. Kepada Ibu Indrayani salah satu guru Bimbingan Konseling di UPT SMA Negeri 1 Pinrang yang telah bersedia menjadi fasilitator sekaligus trainer bagi penelitian penulis.
9. Muhammad Azmin yang merupakan satu-satunya kakak kandung penulis yang sangat peduli dan mendukung terhadap keinginan penulis dalam hidup ini.
10. Sahabat-sahabat di Nextdoor Dormitory yang masih kebersamai sejak tahun 2019 hingga hari ini. Mereka adalah orang-orang baik penulis yang senantiasa mendukung, menasehati, berbagi cerita dan tawa, hingga belajar untuk menjadi pribadi yang lebih baik.
11. Teman-teman baik penulis, Nurhayuni, Inas, Nisrah, Tiara dan Putri Zaskiawati yang senantiasa memberi *support* kepada penulis.
12. Brain Academy Center Ruang Guru Pinrang yang telah menjadi ruang bertumbuh yang positif bagi penulis. Ditempat tersebut penulis banyak

bertemu dengan orang-orang hebat yang memiliki semangat dan ambisius untuk selalu belajar.

13. Kepada semua pihak yang tidak sempat penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu dan memberi arahan dalam penyusunan skripsi ini.
14. Terakhir, terima kasih kepada perempuan sederhana yang seringkali sulit untuk dimengerti isi kepalanya, sang penulis karya tulis ini yaitu diri saya sendiri, Juria Dewi. Terima kasih telah hadir di dunia dan bertahan sejauh ini melewati berbagai rintangan. Terima kasih telah percaya bahwa segala sesuatu memiliki waktunya untuk mekar. Walau belum banyak pencapaian tetapi mensyukuri setiap hal yang ada tanpa harus membandingkan diri dengan yang lain itu sudah cukup menjadi pencapaian yang baik. Terima kasih kamu hebat dan mari rayakan dirimu sendiri sampai detik ini. Untuk segala hal-hal yang berjalan tidak sesuai ekspektasi, percayalah bahwa ada yang lebih baik dari itu. Berbahagialah selalu dimanapun kamu berada, Juria. Lakukan hal-hal positif dan bermanfaat, tebarkan kebaikan-kebaikan kepada siapapun dan jangan lupa untuk selalu berdoa kepada Allah agar selalu dalam lindungan-Nya. Aamiin

Parepare, 15 Januari 2025

Penulis



Juria Dewi  
NIM. 19.3200.028

## PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Mahasiswa yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Juria Dewi  
NIM : 19.3200.028  
Tempat/Tanggal Lahir : Pinrang, 9 Maret 2001  
Program Studi : Bimbingan Konseling Islam  
Fakultas : Ushuluddin, Adab dan Dakwah  
Judul Skripsi : Efektivitas *Problem Focused Coping* Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar di UPT SMA Negeri 1 Pinrang

Menyatakan dengan sesungguhnya dan penuh kesadaran bahwa skripsi ini benar merupakan hasil karya saya sendiri. Apabila di kemudian hari terbukti bahwa skripsi ini merupakan duplikat, tiruan, plagiat atau dibuat oleh orang lain, sebagian ataupun keseluruhan, maka skripsi dan gelar yang saya peroleh karenanya batal demi hukum.

Parepare, 15 Januari 2025

Penulis

  
Juria Dewi  
NIM. 19.3200.028

## ABSTRAK

**JURIA DEWI.** *Efektivitas Problem Focused Coping Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar di UPT SMA Negeri 1 Pinrang* (dibimbing oleh Muhammad Qadaruddin dan Emilia Mustary)

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas *problem focused coping* dalam meningkatkan motivasi belajar di UPT SMA Negeri 1 Pinrang. Metode penelitian yang digunakan, yaitu kuantitatif eksperimen dengan rancangan penelitian *quasi experiment: one group pretest and posttest design*. Jumlah sampel yang digunakan adalah 8 orang dari kelas 12 UPT SMA Negeri 1 Pinrang. Pengujian hipotesis menggunakan uji *Paired T-Test* dengan bantuan program aplikasi SPSS versi 26.

Hasil analisis data menunjukkan bahwa nilai Sig.(2-tailed) sebesar  $0,012 < 0,05$  yang artinya *problem focused coping* efektif dalam meningkatkan motivasi belajar sehingga  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak.

Hipotesis adanya pengaruh variabel (x) terhadap (y) terbukti secara signifikan. Berarti penelitian menerima teori efektivitas *problem focused coping* terhadap motivasi belajar. Hal tersebut diketahui dari perhitungan data secara individual yang dilakukan, terdapat 8 subjek yang mengalami peningkatan skor pada hasil data *post-test* setelah diberikan perlakuan berupa pelatihan *problem focused coping*.

**Kata Kunci:** *Problem Focused Coping*, Motivasi Belajar

## DAFTAR ISI

|                                                                                          | Halaman |
|------------------------------------------------------------------------------------------|---------|
| HALAMAN JUDUL.....                                                                       | ii      |
| PERSETUJUAN KOMISI PEMBIMBING .....                                                      | iii     |
| PENGESAHAN KOMISI PENGUJI.....                                                           | iv      |
| KATA PENGANTAR .....                                                                     | v       |
| PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....                                                         | viii    |
| ABSTRAK .....                                                                            | ix      |
| DAFTAR ISI.....                                                                          | x       |
| DAFTAR TABEL .....                                                                       | xii     |
| DAFTAR GAMBAR .....                                                                      | xiii    |
| DAFTAR LAMPIRAN.....                                                                     | xv      |
| PEDOMAN TRANSLITERASI DAN SINGKATAN .....                                                | xvi     |
| BAB I PENDAHULUAN.....                                                                   | 1       |
| A. Latar Belakang Masalah.....                                                           | 1       |
| B. Rumusan Masalah .....                                                                 | 6       |
| C. Tujuan Penelitian.....                                                                | 7       |
| D. Kegunaan Penelitian.....                                                              | 7       |
| BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....                                                             | 8       |
| A. Tinjauan Penelitian Relevan.....                                                      | 8       |
| B. Tinjauan Teori .....                                                                  | 11      |
| 1. Motivasi Belajar .....                                                                | 11      |
| 2. <i>Problem Focused Coping</i> .....                                                   | 18      |
| 3. Hubungan Antara Problem Focused Coping Terhadap<br>Peningkatan Motivasi Belajar ..... | 26      |
| 4. <i>Problem Focused Coping</i> Dalam Perspektif Al-Qur'an .....                        | 27      |
| 5. Urgensi Meningkatkan Motivasi Belajar .....                                           | 29      |
| C. Kerangka Pikir.....                                                                   | 30      |

|                                                |     |
|------------------------------------------------|-----|
| D. Hipotesis.....                              | 31  |
| BAB III METODE PENELITIAN.....                 | 32  |
| A. Pendekatan Dan Jenis Penelitian.....        | 32  |
| B. Lokasi dan Waktu Penelitian.....            | 33  |
| C. Populasi dan Sampel .....                   | 33  |
| D. Teknik Pengumpulan Dan Pengolahan Data..... | 34  |
| E. Definisi Operasional Variabel.....          | 46  |
| BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....              | 47  |
| A. Deskripsi Hasil Penelitian .....            | 47  |
| B. Pengujian Persyaratan Analisis Data.....    | 84  |
| C. Pengujian Hipotesis.....                    | 87  |
| D. Pembahasan Hasil Penelitian .....           | 87  |
| BAB V PENUTUP.....                             | 92  |
| A. Simpulan.....                               | 92  |
| B. Saran.....                                  | 92  |
| DAFTAR PUSTAKA .....                           | 93  |
| LAMPIRAN.....                                  | 97  |
| BIODATA PENULIS .....                          | 148 |

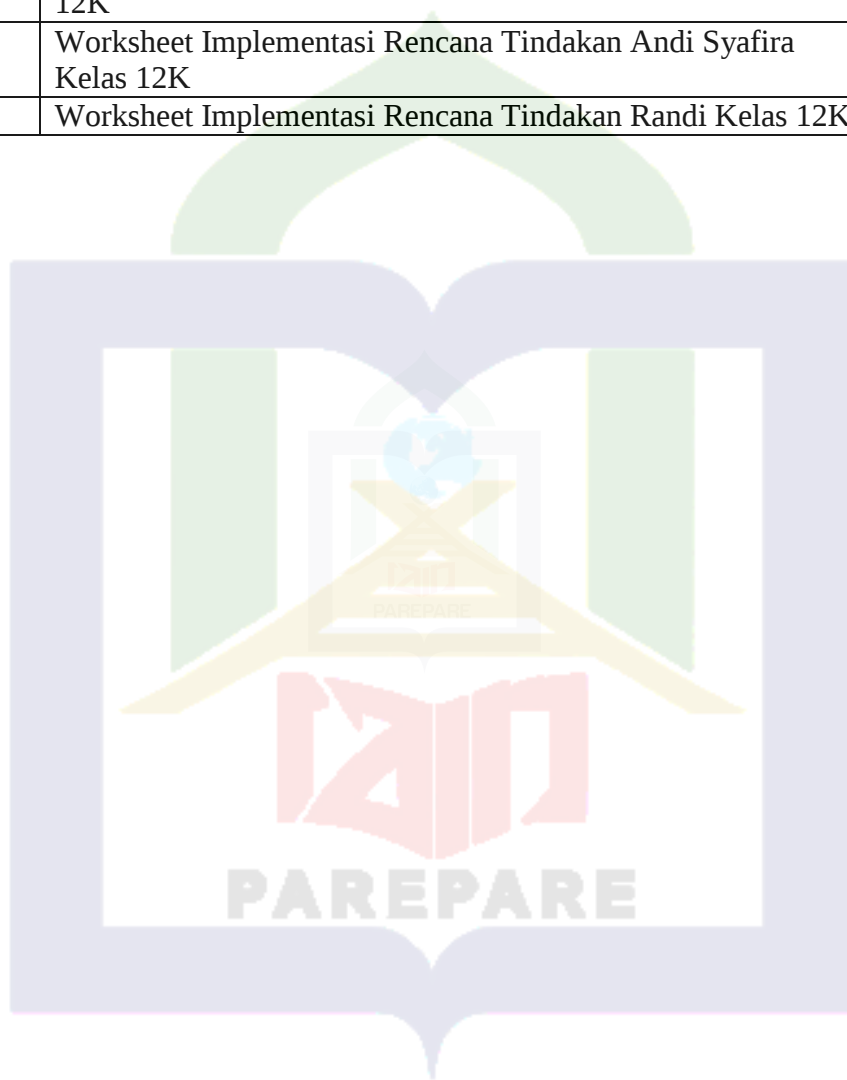
## DAFTAR TABEL

| No.<br>Tabel | Daftar Tabel                                                                                  | Halaman |
|--------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|---------|
| 3.1          | Desain Penelitian <i>One Group Pretest</i> dan <i>Posttest</i>                                | 33      |
| 3.2          | Skala Penilaian Motivasi Belajar                                                              | 35      |
| 3.3          | Reliabilitas                                                                                  | 36      |
| 3.4          | Seleksi Item                                                                                  | 36      |
| 3.5          | Skala Motivasi Belajar                                                                        | 37      |
| 3.6          | Modul Meningkatkan Motivasi Belajar Dengan Menggunakan Strategi <i>Problem Focused Coping</i> | 38      |
| 4.1          | Descriptive Statistics                                                                        | 48      |
| 4.2          | Kriteria Kategorisasi                                                                         | 49      |
| 4.3          | Kriteria Responden                                                                            | 49      |
| 4.4          | Frekuensi Kriteria Responden                                                                  | 52      |
| 4.5          | Modul Pelatihan <i>Problem Focused Coping</i>                                                 | 83      |
| 4.6          | Hasil Analisis Frekuensi Pemberian <i>Post-test</i>                                           | 84      |
| 4.7          | Skor <i>Post-test</i> Peserta Pelatihan <i>Problem Focused Coping</i>                         | 84      |
| 4.8          | Uji Shapiro Wilk                                                                              | 85      |
| 4.9          | Uji Kolmogorov-Smirnov                                                                        | 85      |
| 4.10         | Uji One Way Onova                                                                             | 86      |
| 4.11         | Uji Paired T-Test                                                                             | 87      |

## DAFTAR GAMBAR

| No. Gambar | Daftar Gambar                                                    | Halaman |
|------------|------------------------------------------------------------------|---------|
| 4.1        | Kriteria Responden Berdasarkan Hasil Skor <i>Pre-test</i>        | 52      |
| 4.2        | Worksheet Kontrol Diri Satrio Kelas 12B                          | 55      |
| 4.3        | Worksheet Kontrol Diri Sakila Putri N Kelas 12I                  | 55      |
| 4.4        | Worksheet Kontrol Diri Abid Faqih Kelas 12K                      | 56      |
| 4.5        | Worksheet Kontrol Diri Aufa Nur Zahim Kelas 12K                  | 56      |
| 4.6        | Worksheet Kontrol Diri Revan Kelas 12K                           | 58      |
| 4.7        | Worksheet Kontrol Diri Hikmah Kelas 12K                          | 58      |
| 4.8        | Worksheet Kontrol Diri Andi Syafira Kelas 12K                    | 59      |
| 4.9        | Worksheet Kontrol Diri Randi Kelas 12K                           | 59      |
| 4.10       | Worksheet Mencari Pendapat Satrio Kelas 12B                      | 61      |
| 4.11       | Worksheet Mencari Pendapat Sakila Putri N Kelas 12I              | 61      |
| 4.12       | Worksheet Mencari Pendapat Abid Faqih Kelas 12K                  | 62      |
| 4.13       | Worksheet Mencari Pendapat Aufa Nur Zahim 12K                    | 62      |
| 4.14       | Worksheet Mencari Pendapat Revan Kelas 12K                       | 63      |
| 4.15       | Worksheet Mencari Pendapat Hikmah Kelas 12K                      | 63      |
| 4.16       | Worksheet Mencari Pendapat Andi Syafira Kelas 12K                | 64      |
| 4.17       | Worksheet Mencari Pendapat Randi Kelas 12K                       | 64      |
| 4.18       | Worksheet Identifikasi Masalah Satrio Kelas 12B                  | 65      |
| 4.19       | Worksheet Identifikasi Masalah Sakila Putri N Kelas 12I          | 66      |
| 4.20       | Worksheet Identifikasi Masalah Abid Faqih Kelas 12K              | 66      |
| 4.21       | Worksheet Identifikasi Masalah Aufa Nur Zahim Kelas 12K          | 68      |
| 4.22       | Worksheet Identifikasi Masalah Revan Kelas 12K                   | 68      |
| 4.23       | Worksheet Identifikasi Masalah Hikmah Kelas 12K                  | 69      |
| 4.24       | Worksheet Identifikasi Masalah Andi Syafira Kelas 12K            | 69      |
| 4.25       | Worksheet Identifikasi Masalah Randi Kelas 12K                   | 71      |
| 4.26       | Worksheet Rencana Tindakan Satrio Kelas 12B                      | 73      |
| 4.27       | Worksheet Rencana Tindakan Sakila Putri N Kelas 12I              | 73      |
| 4.28       | Worksheet Rencana Tindakan Abid Faqih Kelas 12K                  | 74      |
| 4.29       | Worksheet Rencana Tindakan Aufa Nur Zahim Kelas 12K              | 74      |
| 4.30       | Worksheet Rencana Tindakan Revan Kelas 12K                       | 76      |
| 4.31       | Worksheet Rencana Tindakan Hikmah Kelas 12K                      | 76      |
| 4.32       | Worksheet Rencana Tindakan Andi Syafira Kelas 12K                | 77      |
| 4.33       | Worksheet Rencana Tindakan Randi Kelas 12K                       | 77      |
| 4.34       | Worksheet Implementasi Rencana Tindakan Satrio Kelas 12B         | 79      |
| 4.35       | Worksheet Implementasi Rencana Tindakan Sakila Putri N Kelas 12I | 79      |

|      |                                                                  |    |
|------|------------------------------------------------------------------|----|
| 4.36 | Worksheet Implementasi Rencana Tindakan Abid Faqih Kelas 12K     | 80 |
| 4.37 | Worksheet Implementasi Rencana Tindakan Aufa Nur Zahim Kelas 12K | 80 |
| 4.38 | Worksheet Implementasi Rencana Tindakan Revan Kelas 12K          | 81 |
| 4.39 | Worksheet Implementasi Rencana Tindakan Hikmah Kelas 12K         | 81 |
| 4.40 | Worksheet Implementasi Rencana Tindakan Andi Syafira Kelas 12K   | 82 |
| 4.41 | Worksheet Implementasi Rencana Tindakan Randi Kelas 12K          | 82 |



## DAFTAR LAMPIRAN

| No. Lampiran | Judul Lampiran                                                                                            | Keterangan |
|--------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| 1.           | Instrumen Penelitian                                                                                      | Terlampir  |
| 2.           | Modul Pelatihan <i>Problem Focused Coping</i>                                                             | Terlampir  |
| 3.           | Surat Izin Melaksanakan Penelitian Dari Kampus                                                            | Terlampir  |
| 4.           | Surat Keterangan Penelitian Dari Dinas Penanaman Modal Dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Kabupaten Pinrang | Terlampir  |
| 5.           | Tabulasi Data                                                                                             | Terlampir  |
| 6.           | Uji Normalitas                                                                                            | Terlampir  |
| 7.           | Uji Homogenitas                                                                                           | Terlampir  |
| 8.           | Uji Paired T-Test                                                                                         | Terlampir  |
| 9.           | Dokumentasi Penelitian                                                                                    | Terlampir  |
| 10.          | Biodata Penulis                                                                                           | Terlampir  |

## PEDOMAN TRANSLITERASI DAN SINGKATAN

### 1. Transliterasi

#### a. Konsonan

Fonem konsonan bahasa Arab yang dalam sistem penulisan Arab dilambangkan dengan huruf, dalam transliterasi ini sebagian dilambangkan huruf dan sebagian dilambangkan dengan tanda, dan sebagian lagi dilambangkan dengan huruf dan tanda sekaligus. Di bawah ini daftar huruf Arab itu dan Transliterasinya dengan huruf Latin.

| Huruf Arab | Nama | Huruf Latin        | Nama                        |
|------------|------|--------------------|-----------------------------|
| ا          | alif | tidak dilambangkan | tidak dilambangkan          |
| ب          | ba   | b                  | be                          |
| ت          | ta   | t                  | te                          |
| ث          | ša   | š                  | es (dengan titik di atas)   |
| ج          | jim  | J                  | je                          |
| ح          | ha   | h                  | ha (dengan titik di bawah)  |
| خ          | kha  | kh                 | ka dan ha                   |
| د          | dal  | d                  | de                          |
| ذ          | žal  | ž                  | zet (dengan titik di atas)  |
| ر          | ra   | r                  | er                          |
| ز          | zai  | z                  | zet                         |
| س          | sin  | s                  | es                          |
| ش          | syin | sy                 | es dan ye                   |
| ص          | šad  | š                  | es (dengan titik di bawah)  |
| ض          | ḍad  | ḍ                  | de (dengan titik di bawah)  |
| ط          | ṭa   | ṭ                  | te (dengan titik di bawah)  |
| ظ          | ẓa   | ẓ                  | zet (dengan titik di bawah) |
| ع          | ‘ain | .... ‘ ...         | koma terbalik di atas       |
| غ          | gain | g                  | ge                          |

|   |        |       |          |
|---|--------|-------|----------|
| ف | fa     | f     | ef       |
| ق | qaf    | q     | ki       |
| ك | kaf    | k     | ka       |
| ل | lam    | l     | el       |
| م | mim    | m     | Em       |
| ن | nun    | n     | en       |
| و | wau    | w     | we       |
| ه | ha     | h     | ha       |
| ء | hamzah | ..'.. | apostrof |
| ي | ya     | y     | ye       |

b. Vokal

Vokal bahasa Arab, seperti vokal bahasa Indonesia, terdiri dari vokal tunggal atau monoftong dan vokal rangkap atau diftong.

1) Vokal Monoftong atau tunggal

Vokal tunggal bahasa Arab yang lambangnya berupa tanda atau harkat, transliterasinya sebagai berikut:

| Tanda | Nama   | Huruf Latin | Nama |
|-------|--------|-------------|------|
| —     | Fathah | a           | a    |
| —     | Kasrah | i           | i    |
| —     | Dammah | u           | u    |

Contoh:

كتب - kataba  
فعل - fa'ala

2) Vokal Diftong atau rangkap

Vokal rangkap bahasa Arab yang lambangnya berupa gabungan antara harkat dan huruf, transliterasi gabungan huruf, yaitu:

| Tanda dan Huruf | Nama           | Gabungan huruf | Nama    |
|-----------------|----------------|----------------|---------|
| ى ...           | Fathah dan ya  | ai             | a dan i |
| و ...           | Fathah dan wau | au             | a dan u |

Contoh:

كيف - kaifa

هول - haula

c. *Maddah*

Maddah atau vokal panjang lambangnya dengan harkat dan huruf, transliterasinya berupa huruf dan tanda, yaitu:

| Harkat dan Huruf | Nama                    | Huruf dan Tanda | Nama                |
|------------------|-------------------------|-----------------|---------------------|
| ا... ا...        | Fathah dan alif atau ya | Ā               | a dan garis di atas |
| ى...             | Kasroh dan ya           | Ī               | i dan garis di atas |
| و...             | Dammah dan waw          | Ū               | u dan garis di atas |

Contoh:

قال - qāla

رمي - ramā

d. *Ta' Marbutah*

Transliterasi untuk ta marbutah ada dua:

1) *Ta Marbutah hidup*

Ta marbutah yang hidup atau yang mendapat harkat fathah, kasroh dan dammah, transliterasinya adalah /t/.

2) *Ta' Marbutah mati*

Ta marbutah yang mati atau mendapat harkat sukun, transliterasinya adalah /h/.

3) Kalau pada suatu kata yang akhir katanya ta marbutah diikuti oleh kata yang menggunakan kata sandang al, serta bacaan kedua kata itu terpisah maka ta marbutah itu ditransliterasikan dengan ha (h).

Contoh:

روضة الاطفال - raudatul al-atfal

- raudatu al-atfal

المدينة المنورة - al-Madīnah al-Munawwarah

- al-Madīnatul Munawwarah

e. *Syaddah (Tasydid)*

Syaddah atau tasydid yang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan sebuah tanda, tanda syaddah atau tasydid. Dalam transliterasi ini tanda syaddah tersebut dilambangkan dengan huruf, yaitu huruf yang sama dengan huruf yang diberi tanda syaddah tersebut.

Contoh:

ربنا - rabbanā

نزل - nazzala

البر - al-birr

نعم - nu'ima

الحج - al-hajju

f. Kata Sandang

Kata sandang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan huruf, yaitu ال. Namun dalam transliterasinya kata sandang itu dibedakan antara kata sandang yang diikuti oleh huruf syamsiah dengan kata sandang yang diikuti oleh huruf qomariah.

1) Kata sandang yang diikuti oleh huruf syamsiah

2) Kata sandang yang diikuti oleh huruf qamariah.

Kata sandang yang diikuti huruf qamariah ditransliterasikan sesuai dengan aturan yang digariskan di depan dan sesuai dengan bunyinya.

Baik diikuti oleh huruf syamsiah maupun qamariah, kata sandang ditulis terpisah dari kata yang mengikuti dan dihubungkan dengan tanda sambung/hubung.

Contoh:

|        |                |
|--------|----------------|
| الرجل  | - ar-rajulu    |
| الشمس  | - asy-syamsu   |
| البديع | - al-badi'u    |
| السيدة | - as-sayyidatu |
| القلم  | - al-qalamu    |
| الجلال | - al-jalālu    |

g. Hamzah

Dinyatakan di depan Daftar Transliterasi Arab-Latin bahwa hamzah ditransliterasikan dengan *opostrof*. Namun, hal ini hanya terletak di tengah dan akhir kata. Bila hamzah itu terletak di awal kata, ia tidak dilambangkan, karena dalam tulisan Arab berupa alif.

Contoh:

1) Hamzah di awal:

|      |          |
|------|----------|
| امرت | - umirtu |
| اكل  | - akala  |

2) Hamzah ditengah:

|        |             |
|--------|-------------|
| تأخذون | - takhuḏūna |
| تأكلون | - takulūna  |

3) Hamzah di akhir:

|       |           |
|-------|-----------|
| شيء   | - syaiun  |
| النوء | - an-nauu |

h. Penulisan Kata

Pada dasarnya setiap kata, baik *fi'il*, *isim* maupun *huruf* ditulis terpisah. Bagi kata-kata tertentu yang penulisannya dengan huruf Arab yang sudah lazim dirangkaikan dengan kata lain karena ada huruf atau harakat yang dihilangkan. Maka dalam transliterasi ini penulisan kata tersebut bisa

dilakukan dengan dua cara, bisaa dipisah per kata dan bisa pula dirangkaikan.

Contoh:

- |                            |                                                                                   |
|----------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|
| و ان الله لهو خير الرازقين | - Wa innallāha lahuwa khair ar-rāziqīn.<br>- Wa innallāha lahuwa khairur-rāziqīn. |
| فاوفوا الكيل والميزان      | - Fa aufū al-kaila wa al-mīzāna.<br>- Fa aufū al-kaila wal-mīzāna.                |
| بسم الله مجرّها و مرسها    | - Bismillāhi majrēhā wa mursāhā.                                                  |
| و لله على الناس حج البيت   | - Wa lillāhi 'alā an-nāsi hijju al-baiti<br>manistatā'a ilaihi sabīlā.            |
| من استطاع اليه سبيلا       | - Wa lillāhi 'alā an-nāsi hijju al-baiti<br>manistatā'a ilaihi sabīlā.            |

i. Huruf Kapital

Meskipun dalam sistem tulisan Arab huruf kapital tidak dikenal, dalam transliterasi ini huruf tersebut digunakan juga. Penggunaan huruf kapital seperti apa yang berlaku dalam EYD, diantaranya huruf kapital digunakan untuk menuliskan huruf awal, nama diri dan permulaan kalimat. Bila nama diri itu didahului oleh kata sandang, maka yang ditulis dengan huruf kapital tetap huruf awal nama diri tersebut, bukan huruf awal kata sandangnya.

Contoh:

- |                                       |                                                                       |
|---------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|
| و ما محمد الا رسول                    | - Wa mā <b>Muhammadun</b> illā rasūl.                                 |
| ان اول بيت وضع للناس للذي ببكة مباركا | - Inna awwala baitin wudi'a lin-nāsi<br>lillaḏī Bi Bakkata mubārakan. |
| شهر رمضان الذي انزل فيه القرآن        | - Syahru <b>Ramadāna</b> al-laḏī unzila fīhi<br>al-Qurānu.            |
| ولقد راه بالفق المبين                 | - Wa laqad raāhu bil-ufuqil-mubīni.                                   |
| الحمد لله رب العلمين                  | - Al-hamdu lillāhi rabbil-'ālamīna.                                   |

Penggunaan huruf awal kapital untuk Allah hanya berlaku bila dalam tulisan Arabnya memang lengkap demikian dan kalau penulisan itu disatukan dengan kata lain sehingga ada huruf atau harakat yang dihilangkan, huruf kapital tidak digunakan.

Contoh:

نصر من الله وفتح قريب

- Nasrum **minallāhi** wa fathun qarīb.

الله الامر جميعا

- **Lillāhi** al-amru jamī'an.

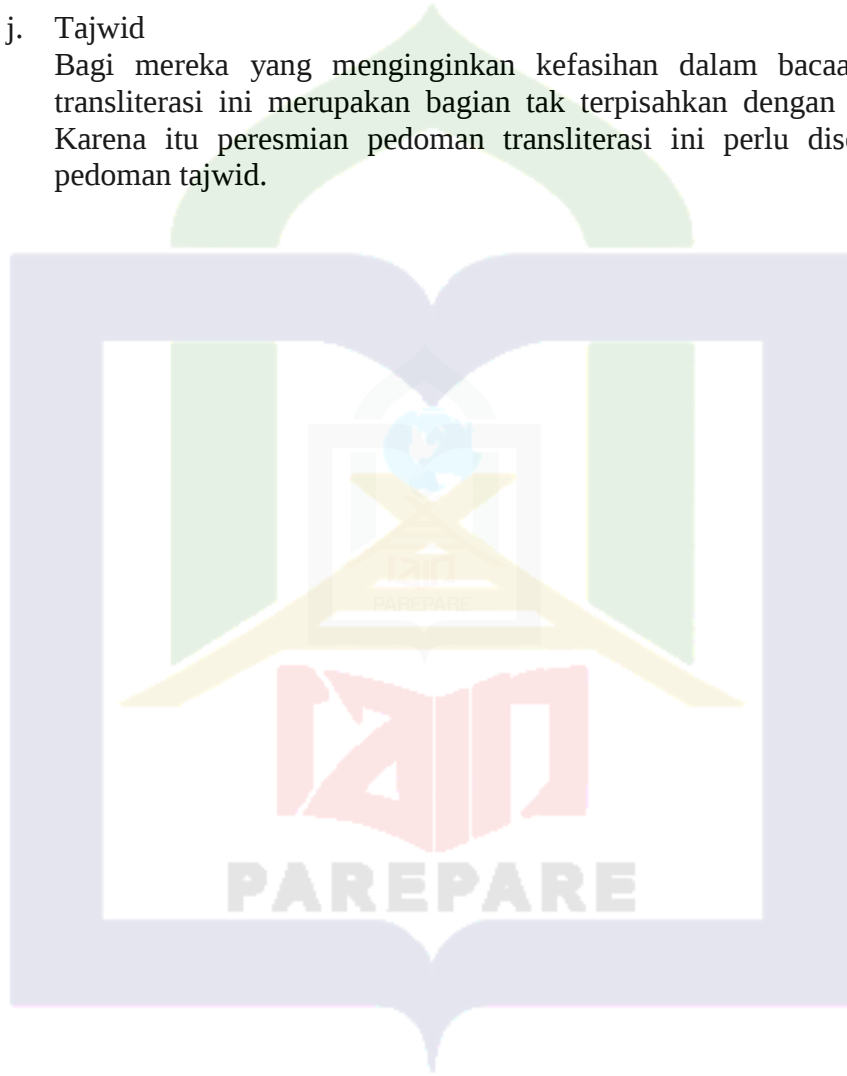
- Lillāhil amru jamī'an.

والله بكل شيء عليم

- **Wallāhu** bikulli syaiin 'alīmun.

j. Tajwid

Bagi mereka yang menginginkan kefasihan dalam bacaan, pedoman transliterasi ini merupakan bagian tak terpisahkan dengan ilmu tajwid. Karena itu peresmian pedoman transliterasi ini perlu disertai dengan pedoman tajwid.



## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang Masalah

Motivasi merupakan syarat mutlak dalam belajar, seorang siswa yang belajar tanpa motivasi tidak akan berhasil dengan maksimal. Dalam implikasinya pada dunia belajar, siswa atau pelajar tidak akan mengikuti proses belajar secara penuh. Motivasi belajar merupakan faktor penting untuk mencapai keberhasilan dalam pendidikan. Motivasi menjadi dorongan bagi siswa untuk bertindak aktif dalam rangka mencapai tujuan belajar.<sup>1</sup> Memberikan motivasi belajar terhadap seorang pelajar akan semakin memperkuat karakter dan sifat antusiasme terhadap ilmu pengetahuan yang mana tujuannya untuk mempersiapkan seorang ilmuan (cendekiawan) yang berwawasan luas dan berakhlak baik sebagaimana Amanah UU dan Pancasila. Motivasi merupakan kekuatan maupun seperangkat daya dalam jiwa seorang pelajar yang diterjemahkan dalam bentuk perilaku atau aksi dalam mengikuti pembelajaran.<sup>2</sup> Sehingga, motivasi belajar berkaitan dengan keinginan suatu individu untuk turut berpartisipasi dalam proses pembelajaran. Proses yang dilakukan menjadi alasan atau tujuan yang mendasari keterlibatan atau ketidakterlibatan individu dalam kegiatan pembelajaran.

Motivasi belajar adalah dorongan internal yang mendorong seseorang untuk aktif dan tekun dalam menghadapi tantangan akademik, mengejar pengetahuan baru,

---

<sup>1</sup> Jainiyah Jainiyah et al., "Peranan Guru Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa," *Jurnal Multidisiplin Indonesia* 2, no. 6 (2023): 1304–9, <https://doi.org/10.58344/jmi.v2i6.284>.

<sup>2</sup> Maria Cleopatra, "PENGARUH GAYA HIDUP DAN MOTIVASI BELAJAR TERHADAP" 5, no. 2 (2015): 168–81.

dan meraih pencapaian dalam pembelajaran. Ini melibatkan kombinasi motivasi intrinsik dan ekstrinsik yang menjadikan individu turut berpartisipasi dalam proses pembelajaran dengan antusiasme dan tekad.<sup>3</sup> Motivasi belajar juga mencakup keberanian untuk menghadapi tantangan, ketekunan dalam mengatasi rintangan, serta rasa ingin tahu yang tinggi. Maka dapat disimpulkan bahwa motivasi belajar adalah daya penggerak yang timbul dalam diri individu untuk melakukan kegiatan belajar demi menambah keterampilan, pengetahuan serta pengalaman.<sup>4</sup> Motivasi belajar sangat penting bagi siswa dan guru.

Motivasi belajar memiliki dampak dan manfaat yang signifikan pada perkembangan akademis dan psikologis siswa. Beberapa riset telah membuktikan hubungan positif antara motivasi belajar dan berbagai aspek kesejahteraan siswa. Dampak motivasi belajar dapat berkontribusi pada peningkatan pencapaian akademis siswa, tingkat ketekunan dan daya juang siswa yang lebih tinggi dalam menghadapi tantangan akademis, cenderung lebih aktif dan terlibat dalam proses pembelajaran, serta membawa dampak positif yang berkaitan dengan kesejahteraan psikologi siswa. Dampak motivasi belajar dapat dipengaruhi oleh metode pengajaran dan perubahan kebijakan yang diterapkan untuk siswa. Sehingga, motivasi belajar akan membawa pengaruh terhadap perubahan dari aspek kognitif, afektif maupun psikomotorik.<sup>5</sup> Selain membawa dampak, motivasi belajar juga memiliki manfaat. Manfaat dari

---

<sup>3</sup> Muhaemin B, "Urgensi Motivasi Dalam Meningkatkan Semangat Belajar Siswa," *Adabiyah* XIII (2013): 47–54, <http://journal.uin-alauddin.ac.id/index.php/adabiyah/article/view/321>.

<sup>4</sup> Desy Ayu Nurmala et al., "Pengaruh Motivasi Belajar Dan Aktivitas Belajar Terhadap Hasil Belajar Akuntansi," no. 1 (2014).

<sup>5</sup> Drs H Abdul Hanan, "Meningkatkan Motivasi Belajar Bimbingan Konseling Siswa Kelas VIII.C Melalui Bimbingan Kelompok Semester Satu Tahun Pelajaran 2015/2016," *Jurnal Ilmiah Mandala Education* 3, no. 1 (2017): 62–72.

motivasi belajar akan menjadikan siswa mudah mengikuti proses belajar mengajar, mendapat informasi yang lebih akurat, menumbuhkan optimis, menumbuhkan nilai religious, membina akhlak, meningkatkan kemampuan komunikasi serta mengatasi kejenuhan dalam belajar.<sup>6</sup> Melalui dampak serta manfaat yang dapat diperoleh ketika siswa memiliki motivasi belajar maka akan menjadikan siswa lebih bersemangat, terkonsentrasi, terampil, percaya diri serta tidak mudah putus asa.

Motivasi belajar dapat membawa dampak dan manfaat seperti yang dijelaskan sebelumnya. Namun, motivasi belajar tidak muncul begitu saja, melainkan dipengaruhi oleh beberapa faktor pendukung. Pemahaman faktor-faktor ini penting karena dapat membantu pendidik, orang tua, dan siswa untuk menciptakan lingkungan yang mendukung dan memotivasi pembelajaran. Diantara faktor-faktor pendukung yang mempengaruhi motivasi belajar adalah motivasi intrinsik, keyakinan diri, minat dan keinginan untuk belajar, tujuan yang ingin dicapai, dukungan sosial, lingkungan pembelajaran yang kondusif, pengakuan dan penghargaan terhadap usaha siswa serta pemberian kontrol terhadap proses pembelajaran.<sup>7</sup> Faktor-faktor pendukung yang mempengaruhi motivasi belajar ini saling terkait untuk merancang strategi dan intervensi yang lebih efektif untuk meningkatkan motivasi belajar siswa. Namun, terdapat juga faktor-faktor yang dapat menghambat motivasi belajar siswa. Faktor-faktor penghambat motivasi belajar diantaranya adalah kurangnya minat siswa terhadap materi pembelajaran, tekanan dari tugas yang diberikan oleh guru, gangguan digital yang mengakibatkan turunnya konsentrasi belajar, mendapat tindakan *bullying*

---

<sup>6</sup> Zaitun, "THE BENEFITS OF LEARNING MOTIVATION BASED ON LOCAL," *Jurnal Pendidikan Dasar* 11, no. 1 (2019): 36–45.

<sup>7</sup> Mohamad Samsudin, "Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Belajar," *Islamic Education Journal* 2, no. September (2020): 162–86.

yang menjadikan siswa merasa tidak percaya diri serta kurangnya pemahaman atau kesulitan dalam memahami materi.<sup>8</sup>

Hambatan yang mempengaruhi motivasi belajar akan menjadi masalah psikologis internal bagi siswa. Siswa akan cenderung malas untuk belajar, bingung tentang arah karir yang ingin diambil, tidak nyaman dengan pembelajaran, ketidakjelasan rencana studi hingga mengalami gangguan kesehatan mental seperti cemas, depresi atau stress dalam belajar. Untuk mengatasi hambatan motivasi belajar ini, penting untuk mengidentifikasi penyebabnya secara spesifik dan mencari solusi yang sesuai agar siswa kembali termotivasi untuk belajar.

Salah satu strategi yang dapat digunakan untuk mengatasi hambatan tersebut adalah dengan menggunakan Strategi *Coping*. Strategi *Coping* merujuk pada cara individu menghadapi dan mengatasi stress, tekanan atau tantangan dalam kehidupan termasuk dalam kehidupan atau bidang akademik. Ada berbagai strategi *coping* yang dapat digunakan siswa untuk mengelola emosi, mengatasi situasi sulit dan menjaga kesehatan mentalnya. Salah satu strategi *coping* yang dapat digunakan adalah strategi *problem focused coping* atau biasa disingkat dengan PFC. Strategi *problem focused coping* merupakan strategi yang difokuskan pada penyelesaian atau penanganan langsung terhadap masalah yang dihadapi oleh individu. Pendekatan ini melibatkan upaya nyata untuk mengubah atau mengatasi situasi yang menyebabkan hambatan, kesulitan dan stress.<sup>9</sup> *Problem Focused Coping* dapat dianggap sebagai alat yang efektif dalam membantu mereka menghadapi masalah-masalah ini secara langsung,

---

<sup>8</sup> ade citra putri Harahap, Asih Anggina, and dkk, "Faktor-Faktor Pendukung Dan Penghambat Semangat Belajar," *Jurnal Pengabdian Masyarakat* 4, no. 2 (2024): 579–84, <https://doi.org/10.47467/elmutama.v4i2.4066>.

<sup>9</sup> Siti Maryam, "Strategi Coping: Teori Dan Sumberdayanya," *Jurnal Konseling Andi Matappa* 1, no. 2 (2017): 101.

meningkatkan daya tahan, dan memotivasi mereka untuk terlibat dalam proses pembelajaran.

Hubungan antara *problem focused coping* dan motivasi belajar dapat dijelaskan dalam konteks bagaimana individu menerapkan strategi pemecahan masalah ini untuk mempengaruhi motivasi mereka dalam proses pembelajaran. Menerapkan *problem focused coping* melibatkan upaya aktif untuk mengatasi masalah dan menyelesaikan tantangan. Dengan menghadapi masalah secara langsung, individu dapat merasa lebih berdaya, dapat meningkatkan rasa kontrol dan keyakinan mereka untuk mengatasi hambatan akademis. *Problem focused coping* berpengaruh terhadap tingkat ketekunan dan konsentrasi siswa dalam mengatasi tugas-tugas belajar. Keberhasilan dari penerapan strategi *problem focused coping* ini dalam bidang akademik pernah diterapkan pada beberapa riset dan penelitian sebelumnya. Beberapa diantaranya adalah efektivitas *problem focused coping* dalam mengatasi stress belajar siswa pada pelajaran matematika.<sup>10</sup> *Problem focused coping* juga dapat digunakan untuk mengatasi *burnout academic* terhadap mahasiswa.<sup>11</sup> Selain itu, strategi ini mampu meningkatkan motivasi belajar mahasiswa.<sup>12</sup> Dapat juga mengatasi kecemasan yang dialami oleh siswa SMA dalam menghadapi ujian

---

<sup>10</sup> Idriani Idris and Abdulah Pandang, “Efektivitas Problem Focused Coping Dalam Mengatasi Stress Belajar Siswa Pada Pelajaran Matematika,” *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Konseling: Jurnal Kajian Psikologi Pendidikan Dan Bimbingan Konseling* 4, no. 1 (2018): 63, <https://doi.org/10.26858/jpkk.v4i1.5896>.

<sup>11</sup> Sutoro Tri Raharjo and Sowanya Ardi Prahara, “Mahasiswa Yang Bekerja: Problem Focused Coping Dengan Academic Burnout,” *Jurnal Sudut Pandang (JSP) EISSN* 2, no. 12 (2022): 2798–5962, <https://doi.org/10.55314/jsp.v2i12>.

<sup>12</sup> Nurul Azmi Saragih and Dwi Novita Sari, “Hubungan Coping Stress Dengan Motivasi Belajar Mahasiswa Prodi BK Pada Mata Kuliah Statistika,” *Biblio Couns : Jurnal Kajian Konseling Dan Pendidikan* 2, no. 2 (2019): 89–96, <https://doi.org/10.30596/bibliocouns.v2i2.3256>.

akademik.<sup>13</sup> Serta mampu digunakan dalam manajemen stress untuk memotivasi belajar siswa SMK.<sup>14</sup>

Dengan memahami strategi *problem focused coping* dalam mengatasi berbagai masalah akademik. Maka, penelitian ini disusun untuk memahami dan menggali informasi mengenai “Efektivitas *Problem Focused Coping* Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar di UPT SMA Negeri 1 Pinrang”. Pemilihan judul ini didasarkan pada kebutuhan mendalam untuk meningkatkan kualitas pembelajaran di sekolah tersebut, dengan fokus pada metode *coping* yang difokuskan pada pemecahan masalah. Selain itu, penelitian ini mencoba melihat sejauh mana penerapan strategi *problem focused coping* dapat berkontribusi terhadap peningkatan motivasi belajar bagi siswa di sekolah tersebut. Dengan menyelidiki efektivitas *problem focused coping* di UPT SMA Negeri 1 Pinrang, diharapkan penelitian ini dapat memberikan panduan konkret untuk pendidik dan pembuat kebijakan dalam merancang intervensi yang mendukung, bertujuan meningkatkan motivasi belajar serta menciptakan lingkungan pembelajaran yang positif bagi siswa.

## **B. Rumusan Masalah**

Apakah *problem focused coping* efektif dalam meningkatkan motivasi belajar di UPT SMA Negeri 1 Pinrang?

---

<sup>13</sup> I Gusti Ngurah Ade Pradana and Luh Kadek Pande Ary Susilawati, “Peran Problem Focused Coping Dan Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Kecemasan Remaja SMA Yang Akan Menempuh Ujian Nasional,” *Psikologi Udayana* 000, no. 2010 (2019): 1–11.

<sup>14</sup> Susi Alawiyah, “Manajemen Stress Dan Motivasi Belajar Siswa Pada Era Disrupsi,” *Al-Idarah: Jurnal Kependidikan Islam* 10, no. 2 (2020): 211–21, <http://ejournal.radenintan.ac.id/index.php/idaroh>.

### C. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan yang ingin dicapai dalam kegiatan penelitian ini antara lain yaitu untuk mengetahui efektivitas *problem focused coping* dalam meningkatkan motivasi belajar di UPT SMA Negeri 1 Pinrang.

### D. Kegunaan Penelitian

#### 1. Kegunaan Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat dalam menambah khazanah keilmuan dan informasi. Sehingga dapat dijadikan sebagai bahan bacaan dan referensi dalam memahami *problem focused coping* serta menjadi pedoman untuk peneliti berikutnya.

#### 2. Kegunaan Praktis

Melalui *problem focused coping*, penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai salah satu metode dalam meningkatkan motivasi belajar bagi siapapun.

## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### A. Tinjauan Penelitian Relevan

Penelitian ini membahas tentang “Efektivitas *Problem Focused Coping* Dalam Meningkatkan Morivasi Belajar di UPT SMA Negeri 1 Pinrang”. Dimana referensi tersebut dijadikan sebagai bahan acuan yang berhubungan dengan skripsi yang akan diteliti oleh penulis. Adapun peneliti yang pernah meneliti sebelumnya yaitu:

Skripsi Nurhamida Sulaiman yang berjudul “Penerapan *Problem Focused Coping* (PFC) Untuk Menurunkan Stress Akademik Siswa Di SMA Negeri 1 Anggeraja” pada tahun 2015. Skripsi ini bertujuan untuk mengetahui gambaran pelaksanaan *problem focused coping* di SMA Negeri 1 Anggeraja, gambaran stress akademik sebelum dan sesudah diberikan *problem focused coping* baik pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, serta apakah *problem focused coping* dapat menurunkan stress akademik siswa SMA Negeri 1 Anggeraja. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *problem focused coping* dapat menurunkan secara signifikan stress akademik siswa di SMA Negeri 1 Anggeraja. Persamaan penelitian dengan yang akan penulis teliti adalah sama-sama menggunakan strategi *problem focused coping* dan diterapkan di sekolah menengah atas. Perbedaanya terletak pada variabel terikat penelitian. Jika penelitian ini meneliti tentang stress akademik maka penulis akan meneliti mengenai motivasi belajar.

Jurnal Sutoro Tri Raharjo dan Sowanya Ardi Prahara yang berjudul “Mahasiswa Yang Bekerja: *Problem Focused Coping* Dengan *Academic Burnout*”

pada tahun 2022. *Academic burnout* diartikan sebagai perasaan lelah terhadap proses belajar dikarenakan tuntutan studi yang membebani.<sup>15</sup> Metode yang digunakan yaitu *purposive sampling* untuk pengambilan subjek dan menggunakan skala *Problem Focused Coping* dan skala *Academic Burnout* sebagai metode pengambilan data. Sehingga jurnal ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *problem focused coping* dengan *academic burnout* pada mahasiswa yang bekerja. Hasil penelitian menunjukkan bahwa semakin tinggi *problem focused coping* yang dimiliki oleh mahasiswa yang bekerja maka cenderung semakin rendah potensi mengalami *academic burnout* demikian juga sebaliknya semakin rendah *problem focused coping* yang dimiliki oleh mahasiswa yang bekerja maka cenderung semakin tinggi potensi mengalami *academic burnout*. Persamaan penelitian ini dengan yang akan penulis teliti terletak pada persamaan variabel bebasnya yaitu *problem focused coping*. Sementara perbedaan penelitian ini dengan yang akan penulis teliti adalah terletak pada subjek penelitiannya yang meliputi tempat, waktu dan pokok pembahasan.

Jurnal yang ditulis oleh Nurul Azmi Saragih dan Dwi Novita Sari yang berjudul “Hubungan *Coping Stress* Dengan Motivasi Belajar Mahasiswa Prodi BK Pada Mata Kuliah Statistika” pada tahun 2019. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada hubungan *coping stress* dengan motivasi belajar mahasiswa bimbingan dan konseling pada mata kuliah statistika. Desain penelitian yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *coping stress* memiliki korelasi terhadap motivasi belajar. Semakin meningkatnya *coping stress* maka akan meningkat motivasi belajar mahasiswa pada mata kuliah

---

<sup>15</sup> Raharjo and Prahara, “Mahasiswa Yang Bekerja: Problem Focused Coping Dengan Academic Burnout.”

statistika, sebaliknya semakin menurun *coping stress* maka akan menurun motivasi belajar mahasiswa pada mata kuliah statistika. Persamaan penelitian ini dengan yang akan diteliti oleh penulis adalah sama-sama menggunakan strategi *coping* dan pokok pembahasan yang sama yaitu terkait motivasi belajar. Selain itu, perbedaan penelitian ini dengan yang akan penulis teliti adalah jika penelitian ini menggunakan dua bentuk strategi *coping* yaitu *emotional focused coping* dan *problem focused coping* maka penelitian yang akan penulis teliti hanya menggunakan salah satu bentuk *coping stress* yaitu *problem focused coping* saja.

Skripsi yang ditulis oleh Humairo Ummu Syarifah yang berjudul “Hubungan Strategi *Coping Stress* Dengan Motivasi Belajar Pada Siswa SMAN 96 Jakarta Barat Dalam Pembelajaran Jarak Jauh Selama Masa Pandemi” tahun 2020. Penelitian ini menggunakan teknik kuantitatif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan strategi *coping stress* dengan motivasi belajar. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara strategi *coping* dengan motivasi belajar dengan nilai korelasi sebesar 0,719.<sup>16</sup> Persamaan penelitian ini dengan yang akan penulis teliti terdapat pada persamaan variabel terikat yaitu motivasi belajar. Sedangkan perbedaan dari penelitian ini dengan yang akan penulis teliti adalah terletak pada perbedaan subjek penelitian yang meliputi orang, waktu dan tempat penelitian.

Jurnal yang ditulis oleh Nurul Azmi Saragih dan Novita Sari yang berjudul “Analisis *Coping Stress* Dalam Motivasi Belajar Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling Pada Mata Kuliah Statistika” tahun 2019. Penelitian ini menggunakan

---

<sup>16</sup> Humairoh Ummu Syarifah, “Hubungan Strategi *Coping Stress* Dengan Motivasi Belajar Pada Siswa SMAN 96 Jakarta Barat Dalam Pembelajaran Jarak Jauh Selama Masa Pandemi” (2020).

jenis penelitian kuantitatif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan coping stress dengan motivasi belajar mahasiswa bimbingan dan konseling pada mata kuliah statistika. Hasil penelitian menunjukkan bahwa semakin meningkatnya coping stress yang diberikan maka akan semakin meningkat pula semangat belajar mahasiswa pada mata kuliah statistika, begitupun sebaliknya semakin menurun coping stress maka akan menurun juga motivasi belajar mahasiswa pada mata kuliah statistika.<sup>17</sup> Persamaan penelitian ini dengan yang akan penulis teliti terletak pada persamaan variabel bebas dan variabel terikat. Perbedaan penelitian ini dengan yang penulis teliti yaitu terletak pada perbedaan subjek penelitian.

## **B. Tinjauan Teori**

### **1. Motivasi Belajar**

#### **a. Pengertian Motivasi Belajar**

Motivasi dalam pengertian KBBI (Kamus Besar Bahasa Indonesia) adalah dorongan yang timbul pada diri seseorang secara sadar atau tidak sadar untuk melakukan suatu tindakan dengan tujuan tertentu. Dalam pengertian psikologi, motivasi merupakan usaha yang dapat menyebabkan seseorang atau kelompok orang tertentu tergerak melakukan sesuatu karena ingin mencapai tujuan yang dikehendakinya atau mendapat kepuasan dengan perbuatannya.<sup>18</sup> Dalam buku pengantar psikologi umum yang ditulis oleh Sarlito W.Sarwono menjelaskan bahwa motivasi berasal dari kata motif atau dalam Bahasa Inggris “*motive*”, yang asal katanya dari *movere* atau motion, yang artinya gerakan atau

---

<sup>17</sup> N A Saragih and D N Sari, “Analisis Coping Stress Dalam Motivasi Belajar Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling Pada Mata Kuliah Statistika,” *Prosiding Seminar Nasional ...*, 2019.

<sup>18</sup> <https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/motivasi>

sesuatu yang bergerak. Motif dalam psikologi berarti terdapat suatu dorongan, rangsangan, atau pembangkit tenaga bagi terjadinya suatu perbuatan (*action*) atau perilaku (*behaviour*).<sup>19</sup> Sehingga motivasi merupakan hasrat atau kecenderungan seseorang yang secara sadar maupun tidak sadar dalam melakukan suatu tindakan untuk mencapai tujuan.

Selain itu, mengutip pendapat Mc. Donald yang mengatakan “*motivation is energy change within the person characterized by affective arousal and anticipatory goal reaction*” yang artinya bahwa motivasi merupakan suatu perubahan energi di dalam pribadi seseorang yang ditandai dengan timbulnya afektif dan reaksi untuk mencapai tujuan.<sup>20</sup> Dari yang dikemukakan tersebut, terdapat tiga unsur yang saling berkaitan yaitu: motivasi dimulai dari terdapatnya perubahan energi dalam individu, motivasi ditandai dengan munculnya perasaan, serta motivasi ditandai dengan reaksi-reaksi untuk mencapai tujuan.

Murray seorang psikolog berkebangsaan Amerika Serikat juga berpendapat bahwa motivasi sebagai motif untuk mengatasi rintangan-rintangan atau berusaha melakukan secepat dan sebaik mungkin sesuatu yang sulit.

Sedangkan belajar dalam pengertian KBBI adalah berusaha memperoleh kepandaian atau ilmu, berlatih, dan berubah tingkah laku atau tanggapan yang disebabkan oleh pengalaman.<sup>21</sup> Menurut Nasution, pengertian belajar bergantung pada teori belajar yang dipahami oleh seseorang. Namun ada

---

<sup>19</sup> Sarwono, Sarlito W. Pengantar psikologi umum. Jakarta: Rajawali Pers, 2010.

<sup>20</sup> Suharni Suharni, “Upaya Guru Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa,” *G-Couns: Jurnal Bimbingan Dan Konseling* 6, no. 1 (2021): 172–84, <https://doi.org/10.31316/g.couns.v6i1.2198>.

<sup>21</sup> <https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/Belajar>

beberapa batasan definisi dari belajar yaitu belajar merupakan perubahan-perubahan dalam sistem urat saraf, belajar adalah upaya penambahan ilmu pengetahuan, serta belajar sebagai perubahan kelakuan yang didapat dari latihan dan pengalaman.<sup>22</sup> Menurut Ernest Hilgard seorang psikolog dan professor Amerika di Universitas Stanford berpendapat bahwa belajar adalah *“learning is the process by (whether in the laboratory or in the natural environment) as distinguished from changes by factors not attributable to training”* yang artinya adalah belajar merupakan proses yang melahirkan atau mengubah suatu kegiatan melalui latihan (baik dalam laboratorium atau lingkungan alami) yang berbeda dengan perubahan tanpa latihan.

Selain itu, pakar psikologi yang lain seperti Gagne juga mengemukakan mengenai definisi belajar. Ia mengatakan bahwa belajar merupakan kegiatan yang begitu kompleks bagi individu untuk memperoleh keterampilan, nilai, sikap serta pengetahuan.<sup>23</sup> Sehingga dapat disimpulkan bahwa belajar merupakan suatu kegiatan dan proses yang dilakukan untuk menambah ilmu, pengalaman serta mengubah perilaku.

Mengetahui pengertian motivasi dan belajar yang telah dijelaskan sebelumnya. Maka, motivasi belajar adalah dorongan yang timbul pada diri seseorang untuk melakukan tindakan dan usaha memperoleh ilmu dalam proses pembelajaran. Motivasi belajar mendorong seseorang untuk belajar, mengejar pengetahuan, dan mencapai tujuan pendidikan atau akademis. Hal ini

---

<sup>22</sup> Herawati, “Memahami Proses Belajar Anak,” *Jurnal UIN Ar-Raniry Banda Aceh* 4, no. 1 (2018): 27–48, <https://jurnal.ar-raniry.ac.id/index.php/bunayya/article/view/4515>.

<sup>23</sup> Nur Salim, Moh Nasuka, and M. Novailul Abid, “Upaya Meningkatkan Motivasi Belajar, Aktivitas Belajar Dan Prestasi Belajar Melalui Strategi Direct Instruction,” *Jurnal At-Tarbiyat : Jurnal Pendidikan Islam* 3, no. 1 (2018): 67–85, <https://doi.org/10.37758/jat.v3i1.202>.

melibatkan kombinasi antara minat, tekad, keinginan untuk mencapai keunggulan, serta rasa tanggung jawab terhadap proses pembelajaran. Motivasi belajar memainkan peran penting dalam menentukan seberapa efektif seseorang dapat mengatasi tantangan belajar, mempertahankan ketekunan selama masa studi dan mencapai hasil belajar yang optimal.

Para ahli juga memberi pengertian terkait motivasi belajar diantaranya terdapat Carol Dweck dengan memperkenalkan konsep “mindset” atau pola pikir, dimana motivasi belajar merupakan hasil yang dipengaruhi oleh pandangan individu terhadap kecerdasan dan kemampuan.<sup>24</sup> Mindset yang bersifat “pertumbuhan” dianggap lebih mendukung motivasi belajar.

Selain itu, terdapat pula Edward Thorndike yang merupakan psikolog pendidikan yang berfokus pada aspek koneksi antara stimulus dan respons dalam belajar. Motivasi belajar menurutnya adalah sesuatu yang muncul ketika ada koneksi positif antara usaha belajar dan hasil yang diinginkan.<sup>25</sup> Sehingga hasil yang didapatkan dari motivasi belajar adalah perubahan tingkah laku.

Dalam perspektif behavioris, terdapat B.F.Skinner yang mengatakan bahwa motivasi belajar adalah sesuatu yang dapat membentuk, memberi semangat serta membawa perubahan perilaku dari siswa yang kurang baik menjadi lebih baik.<sup>26</sup> Perubahan perilaku tersebut dilakukan dengan

---

<sup>24</sup> Nasril Nasar Nasril, “Urgensi Mindset Tumbuh (Growth Mindset) Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Peserta Didik,” *SALIHA: Jurnal Pendidikan & Agama Islam* 6, no. 2 (2023): 355–69, <https://doi.org/10.54396/saliha.v6i2.694>.

<sup>25</sup> RK Rusli and MA Kholik, “Teori Belajar Dalam Psikologi Pendidikan,” *Jurnal Sosial Humaniora ISSN* 4, no. 2 (2013): 62–67.

<sup>26</sup> Lusi Oktavia and Maemonah Maemonah, “Penerapan Teori Belajar Behavioristik B.F Skinner Dalam Memotivasi Siswa Pada Pembelajaran PAI Di Sekolah Dasar,” *Instructional Development Journal* 5, no. 1 (2022): 53, <https://doi.org/10.24014/idj.v5i1.19285>.

menerapkan reward (hadiah) atau reinforcement (penguatan) untuk kegiatan belajar, serta fokus terhadap tingkah laku siswa dengan lingkungannya.

Sehingga secara kesimpulan, motivasi belajar merupakan suatu dorongan yang terdapat dalam diri individu yang dipengaruhi oleh pandangan, respon terhadap belajar, keinginan, rasa tanggung jawab, terhadap pembelajaran, lingkungan yang mempengaruhi proses serta hasil belajar.

#### b. Aspek-Aspek Motivasi Belajar

Motivasi belajar adalah kekuatan yang mendorong seseorang untuk belajar dan mengembangkan pengetahuan serta keterampilan. Aspek-aspek motivasi belajar mencakup beberapa hal yang mempengaruhi seberapa kuat dorongan seseorang untuk belajar. Menurut Marilyn K. Gowing, terdapat beberapa aspek-aspek motivasi belajar yang dapat diidentifikasi untuk mencapai tujuan pembelajaran yang diinginkan. Berikut adalah beberapa aspek-aspek tersebut:

- 1) Keinginan untuk memahami dan menguasai apa yang dipelajari. Para siswa memiliki kesadaran yang menjadikannya termotivasi untuk mewujudkan cita-cita dan harapannya sehingga mereka akan berupaya untuk memperjuangkannya.
- 2) Komitmen akan tugas dan kewajiban untuk belajar. Komitmen adalah salah satu aspek penting dalam proses belajar. Seseorang yang memiliki komitmen yang tinggi maka akan memiliki kesadaran untuk terus belajar dan mampu mengerjakan tugas.
- 3) Inisiatif untuk belajar. Inisiatif merupakan kemampuan siswa untuk menemukan ide untuk menunjang keberhasilan dalam proses pembelajaran. Inisiatif timbul jika siswa paham akan dirinya sendiri dan

mampu mengarahkan dirinya untuk melakukan kegiatan positif demi mencapai tujuan belajar.

- 4) Optimis akan hasil belajar. Optimis merupakan sikap gigih dan tetap semangat serta tidak menyerah dalam mencapai tujuan dan selalu memiliki keyakinan bahwa tantangan tidak akan pernah ada habisnya, tetapi setiap individu memiliki potensinya untuk bertumbuh dan berkembang lebih baik lagi.<sup>27</sup>

Selain itu, dalam jurnal yang ditulis oleh Winarni menyebutkan bahwa aspek motivasi belajar dapat dilihat oleh beberapa hal, yaitu siswa konsentrasi dalam pembelajaran, siswa aktif berpendapat atau bertanya kepada teman atau guru mengenai materi yang belum dipahami, siswa antusias dalam belajar dan mengerjakan tugas serta siswa aktif berdiskusi atau bekerjasama dengan teman-teman dalam menyelesaikan tugas pembelajaran.<sup>28</sup>

Nugroho Wibowo juga menyatakan bahwa aspek motivasi belajar tergantung dari keaktifan siswa dalam belajar. Hal tersebut dapat dilihat bagaimana siswa tersebut memperhatikan (aktivitas visual), berdiskusi, mendengarkan, bertanya, berani, dan mampu memecahkan soal (aktivitas mental).<sup>29</sup> Adapun menurut Frederick, J., Donald. Mc menjelaskan bahwa motivasi menjadi aspek semangat belajar yang menjadikan siswa mampu

---

<sup>27</sup> D Nabila and R D Ariyanto, "Sinema Edukasi: Sebuah Gagasan Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa SMA Melalui Tayangan Film," *Prosiding SEMDIKJAR (Seminar ...)*, 2022, 751–61, <https://proceeding.unpkediri.ac.id/index.php/semdikjar/article/view/2013>.

<sup>28</sup> Winarni, "DALAM PEMBELAJARAN TEMATIK TEMA KEGEMARANKU MENGGUNAKAN MEDIA KARTU HURUF PADA SISWA KELAS I-A SD MUHAMMADIYAH 2 KAUMAN SURAKARTA SEMESTER I" 2, no. November (2022).

<sup>29</sup> M Zidan Arifaini, Universitas Trunojoyo Madura, and Kec Kamal, "PERAN KOMUNIKASI GURU DALAM MENINGKATKAN SEMANGAT BELAJAR SISWA DI LINGKUNGAN SEKOLAH," *Jurnal Media Akademik* 2, no. 1 (2024): 135–45.

mencapai tujuan belajar dikarenakan terdapat perubahan afektif dan reaksi. Pada umumnya para ahli kemudian membagi motivasi menjadi dua jenis yaitu motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik.<sup>30</sup>

#### c. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Motivasi Belajar

Motivasi belajar merupakan kecenderungan dalam hati yang tinggi untuk belajar, mendapatkan kecakapan, informasi serta pengetahuan yang diperoleh melalui pengalaman atau pengajaran. Motivasi ini timbul apabila siswa tertarik akan merasakan bahwa sesuatu yang akan dipelajarinya akan memberi makna. Motivasi belajar didefinisikan sebagai gairah belajar siswa yang mendorong untuk berperan serta dalam proses belajar agar mendapat keterampilan dan pengetahuan.<sup>31</sup> Memiliki motivasi belajar merupakan aktivitas yang paling utama dalam lingkungan pendidikan. Meningkatkan motivasi belajar dibutuhkan karena memiliki peran penting untuk mendorong seseorang melakukan sesuatu.

Motivasi belajar merupakan hasil dari interaksi antara berbagai faktor yang memengaruhi keterlibatan siswa dalam proses pembelajaran. Meningkatnya motivasi belajar dapat dipengaruhi oleh dukungan sosial dan konsep diri pada siswa. Dukungan sosial sangat berpengaruh karena dengan dukungan sosial seseorang akan merasa diperhatikan. Selain itu, konsep diri

---

<sup>30</sup> Ida Fiteriani, "Membudayakan Iklim Semangat Belajar," *TERAMPIL: Jurnal Pendidikan Dan ...* 2, no. 1 (2015): 115–25, <http://www.ejournal.radenintan.ac.id/index.php/terampil/article/view/1286>.

<sup>31</sup> Setiawan Roy, "Analisis Pengaruh Faktor Kemampuan Dosen, Motivasi Belajar Ekstrinsik Dan Intrinsik Mahasiswa, Serta Lingkungan Belajar Terhadap Semangat Belajar Mahasiswa Di Departemen Matakuliah Umum Universitas Kristen Petra," *Jurnal Mitra Ekonomi Dan Manajemen Bisnis* 1, no. 2 (2010): 229–44.

memiliki peran penting agar siswa mudah untuk berpikir positif, dan hal tersebut memberi pengaruh terhadap motivasi belajarnya.<sup>32</sup> Terdapat pula faktor struktural yang menjelaskan mengenai pendekatan seperti apa yang diterapkan untuk mendukung keberhasilan proses pembelajaran.

Selanjutnya terdapat faktor intelegensi atau tingkat kecerdasan dasar juga memiliki pengaruh besar terhadap keberhasilan belajar. Terdapat juga bakat yang merupakan salah satu yang dapat menunjang keberhasilan belajar dalam suatu bidang, serta fasilitas yang cukup untuk menunjang proses belajar. Faktor pendukung lain yang dapat mempengaruhi motivasi belajar adalah membantu kesulitan belajar siswa, membentuk kebiasaan belajar yang baik, memberi hukuman yang mendidik, serta pemberian apresiasi dan hadiah (*reward*) terhadap pencapaian siswa dalam pembelajaran.<sup>33</sup>

## 2. *Problem Focused Coping*

### a. Pengertian *Problem Focused Coping*

Secara bahasa, *problem focused coping* berasal dari bahasa Inggris, *problem* berarti masalah dan *focused* berarti terfokus. Sehingga, *problem focused coping* dapat diartikan sebagai terfokus pada permasalahan yang terjadi atau dialami. Konsep ini berasal dari strategi *coping*. Lazarus dan Folkman menyebut bahwa *coping* adalah upaya perubahan kognitif dan perilaku secara konstan untuk mengelola tekanan internal dan eksternal yang dianggap

---

<sup>32</sup> Menik Tetha Agustina and Danang Afi Kurniawan, "Motivasi Belajar Mahasiswa Di Masa Pandemi Covid-19," *Jurnal Psikologi Perseptual* 5, no. 2 (2020): 120, <https://doi.org/10.24176/perseptual.v5i2.5168>.

<sup>33</sup> Suharni, "Upaya Guru Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa."

melebihi batas kemampuan individu. Salah satu strategi *coping* menurut Lazarus dan Folkam adalah *problem focused coping*.

Richard S. Lazarus yang merupakan psikolog Amerika dan bekerjasama dengan Susan Folkam yang merupakan mahasiswa PhD dalam mempelajari stress dan coping. Dalam bukunya yang berjudul “*Stress, Appraisal and Coping*” mereka membahas tentang teori stress psikologi yang dialami oleh seseorang menggunakan konsep *Cognitive appraisal and coping*.<sup>34</sup> Mereka menyatakan bahwa *problem focused coping* merupakan strategi yang digunakan dalam menyelesaikan masalah, seperti mendefinisikan suatu masalah, menghasilkan solusi alternatif, mempertimbangkan alternatif secara efisien, memilih alternatif lalu bertindak, strategi ini berorientasi pada penyelesaian masalah.

Menurut Baron dan Byrne, *problem focused coping* adalah strategi atau usaha yang digunakan untuk mengatasi masalah stress yang dianggap mengancam diri dan untuk memperoleh kontrol terhadap situasi.<sup>35</sup> Selain itu, terdapat tokoh bernama Atkinson. Ia mengatakan bahwa *problem focused coping* merupakan strategi untuk memecahkan masalah antara lain menentukan masalah, menciptakan pemecahan alternatif, menimbang-nimbang alternatif berkaitan dengan biaya dan manfaat, memilih salah satu dan mengimplementasikan alternatif yang telah dipilih.<sup>36</sup>

---

<sup>34</sup> Richard S.Lazarus and Susan Folkam, *Stress, Appraisal and Coping* (New York: Springer Publishing Company, 1984).

<sup>35</sup> <https://www.dictio.id/t/apa-yang-dimaksud-dengan-problem-focused-coping/121183/3>

<sup>36</sup> <https://www.dictio.id/t/apa-yang-dimaksud-dengan-problem-focused-coping/121183/4>

Sehingga dapat disimpulkan bahwa *problem focused coping* merupakan strategi *coping* untuk memecahkan masalah yang terfokus pada masalah dengan mengidentifikasi masalah, faktor penyebab masalah, mencari solusi atas masalah serta mengimplementasikan solusi untuk menangani masalah.

b. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi *Problem Focused Coping*

Menurut Lazarus & Folkman (1984), faktor-faktor yang mempengaruhi *problem focused coping* adalah:

- 1) Kesehatan dan Energi (*health and energy*). Kesehatan dan energi begitu mempengaruhi penerapan strategi *coping* pada individu. Apabila individu dalam kondisi sakit, lemah, rapuh maka tidak dapat melakukan *coping* dengan baik. Sehingga kondisi fisik juga menentukan pentingnya dalam menerapkan strategi ini.
- 2) Keyakinan yang positif (*positive beliefs*). Penilaian diri secara positif dianggap sebagai sumber psikologis yang mempengaruhi strategi *coping* pada individu. Setiap individu memiliki keyakinan tertentu yang menjadi harapan dan upaya dalam melakukan strategi *coping* pada kondisi apapun. Sehingga penilaian mengenai keyakinan yang positif merupakan sumber strategi *coping*.
- 3) Kemampuan Pemecahan Masalah (*problem solving skill*). Kemampuan pemecahan masalah pada individu meliputi kemampuan mencari informasi, menganalisis situasi yang bertujuan mengidentifikasi masalah untuk menghasilkan alternatif yang akan digunakan pada individu, mempertimbangkan alternatif yang akan digunakan, mempertimbangkan alternatif dengan baik agar dapat mengantisipasi kemungkinan yang terburuk, memilih dan menerapkan sesuai dengan tujuan pada masing-masing individu, hal ini juga termasuk faktor yang mempengaruhi strategi *coping*.

- 4) Keterampilan Sosial (*social skills*). Keterampilan sosial merupakan faktor yang penting dalam strategi *coping* karena pada dasarnya manusia merupakan makhluk sosial, sehingga individu membutuhkan untuk bersosial. Keterampilan sosial merupakan cara untuk menyelesaikan masalah dengan orang lain, juga dengan keterampilan sosial yang baik memungkinkan individu tersebut menjalin hubungan yang baik dan Kerjasama dengan individu lainnya, dan secara umum memberikan kontrol perilaku kepada individu atas interaksi sosialnya dengan individu lain.
- 5) Dukungan sosial (*social support*). Setiap individu memiliki teman yang dekat secara emosional, pengetahuan, dan dukungan perhatian yang merupakan faktor yang mempengaruhi strategi *coping* pada individu dalam mengatasi stress, terapi perilaku, dan epidemiologi sosial.
- 6) Sumber Material (*material resources*). Sumber material salah satunya adalah keuangan, keadaan keuangan yang baik dapat menjadi sumber strategi *coping* pada individu. Secara umum masalah keuangan dapat memicu stress pada individu yang mengakibatkan meningkatnya pilihan dalam strategi *coping* untuk bertindak. Salah satu manfaat material bagi individu mempermudah dalam kepentingan hukum, medis, keuangan dan lain-lain. Hal ini menyebabkan individu yang memiliki materi dapat mengurangi resiko stress.

c. Bentuk-Bentuk *Problem Focused Coping*

*Problem Focused Coping* merupakan strategi *coping* yang berfokus pada masalah. Fokus terhadap masalah dijadikan sebagai alternatif untuk memecahkan permasalahan. Strategi ini dilakukan untuk menghadapi, mengontrol serta mengubah situasi yang pada individu maupun kelompok. Yang termasuk bentuk-bentuk *problem focused coping* adalah sebagai berikut:

### 1) *Planful problem solving*

Bereaksi dengan melakukan sebuah usaha-usaha tertentu yang dengan maksud dan tujuan untuk mengubah keadaan, diikuti pendekatan analisis dalam menyelesaikan sebuah permasalahan.

### 2) *Confrontative coping*

Melakukan penyelesaian masalah dengan mempertimbangkan resiko yang akan terjadi.

### 3) *Seeking social support*

Pemecahan masalah dengan mencari pihak luar untuk mendapatkan dukungan, baik berupa dukungan emosional, bantuan nyata, atau bantuan informasi.<sup>37</sup>

### d. Aspek-Aspek *Problem Focused Coping*

Aldwin dan Revenson (1994) mengemukakan beberapa aspek-aspek *problem focused coping*, diantaranya adalah:

#### 1) *Negotiation.*

Usaha yang dilakukan untuk menghadapi masalah secara langsung dengan orang lain, melakukan sebuah strategi untuk merubah pendapat, pandangan dengan melakukan kompromi atau tawar menawar supaya dapat menghasilkan sesuatu yang positif.

---

<sup>37</sup> Siti Maryam, "Strategi Coping: Teori Dan Sumberdayanya," *Jurnal Konseling Andi Matappa* 1, no. 2 (2017): 103..

## 2) *Instrumental Action*

Solusi dari sebuah permasalahan, seperti mengetahui apa yang harus dilakukan dan membuat sebuah rencana untuk menghadapi suatu permasalahan.

## 3) *Exercise Caution*

Melatih berpikir secara positif dan matang untuk mempersiapkan diri tentang apa yang mungkin akan dilakukan apa bila diperhadapkan dengan masalah yang hampir sama.<sup>38</sup>

Berdasarkan uraian di atas, peneliti menggunakan tiga aspek *problem focused coping* tersebut untuk modul pelatihan.

### e. Langkah-Langkah *Problem Focused Coping*

Efektivitas secara umum dapat diartikan sebagai keadaan yang menunjukkan keberhasilan dari tujuan yang telah direncanakan. Menurut Carver *problem focused coping* dapat efektif jika dilakukan dengan cara-cara sebagai berikut:

- 1) Menghadapi masalah secara aktif, yaitu upaya untuk menghadapi suatu permasalahan. Strategi ini memfungsikan tindakan langsung, meningkatkan usaha dan menghadapi masalah dengan cara-cara yang lebih bijaksana.
- 2) Perencanaan, yakni berpikir mengenai bagaimana tahapan-tahapan dalam menghadapi masalah. Membuat strategi dengan mempertimbangkan bagaimana cara untuk mengurangi masalah dan bagaimana mengatasi masalah tersebut.

---

<sup>38</sup> ACHROZA, Faella Hanika. Hubungan Antara Komunikasi Interpersonal Dosen Pembimbing Mahasiswa dan Problem Focused Coping Dengan Stres Dalam Menyusun Skripsi Pada Mahasiswa FKIP Bimbingan Konseling Universitas Muria Kudus. *Skripsi: Universitas Muria Kudus*, 2013.

- 3) Pengendalian, yakni menunggu kesempatan yang tepat untuk bertindak, menahan diri, dan tidak bertindak secara gegabah. Pada dasarnya strategi ini tidak dianggap sebagai suatu strategi menghadapi masalah yang potensial.
- 4) Mencari dukungan sosial karena alasan instrumental, yaitu mencari nasehat, bantuan atau informasi.<sup>39</sup>

Psikologi sebagai ilmu yang mempelajari tentang jiwa, mental, pikiran dan tingkah laku manusia memiliki pandangan tersendiri dalam menghadapi masalah yang dialami oleh suatu individu maupun kelompok. Sehingga *Problem Focused Coping* dapat menjadi sebuah solusi jika melakukan cara-cara sebagai berikut:

- 1) Sadar akan masalah. Langkah pertama yang dapat diterapkan adalah menyadari akan adanya permasalahan yang mesti diselesaikan. Dengan menyadari bahwa terdapat sebuah masalah. Maka jiwa akan menuntut untuk bertanggung jawab dalam menghadapinya.
- 2) Paham akan masalah. Setelah menyadari bahwa terdapat sebuah masalah pada individu atau kelompok. Maka penting untuk memahami masalah yang individu atau kelompok tersebut alami. Dengan begitu, suatu pemahaman yang baik terhadap masalah akan memicu untuk menggali informasi dalam menyelesaikan masalah tersebut.
- 3) Ketahui penyebab masalah. Hal ini menjadi sebuah landasan bahwa setiap masalah terjadi pasti ada yang menyebabkan. Setelah menyadari dan memahami masalah tersebut, hal yang mesti diperhatikan selanjutnya adalah mengetahui secara mendalam apa penyebab

---

<sup>39</sup> Muhammad Ilham Bakhtiar and Dan Asriani, "Effectiveness Strategy of Problem Focused Coping and Emotion Focused Coping in Improving Stress Management Student of Sma Negeri 1 Barro," *GUIDENA: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan Dan Konseling* 5, no. 2 (2015): 69–82.

munculnya masalah tersebut. Dengan mengenali masalah yang ada, maka akan lebih mudah memecahkan sebuah masalah.

- 4) Fokus pada solusi. Terlalu lama dalam memikirkan masalah adalah sesuatu yang sangat tidak etis. Pasalnya, masalah tidak akan menemukan jalan keluarnya. Oleh karena itu, penting sebuah gagasan dalam merumuskan solusi. Solusi sebagai upaya untuk melakukan tindakan nyata atau aksi dalam menyelesaikan masalah yang sedang dihadapi.
- 5) Mengenali kemungkinan penyelesaian. Dalam tahap ini, untuk menyelesaikan suatu permasalahan yang terdapat dalam diri individu atau kelompok. Maka, dibutuhkan opsi dalam memberikan solusi. Melalui opsi dalam menyelesaikan suatu permasalahan dibutuhkan pertimbangan dan melihat sisi kelebihan dan kelemahannya.
- 6) Menemukan strategi penyelesaiannya. Setelah mengetahui beberapa kemungkinan solusi dalam menyelesaikan sebuah permasalahan, maka tindakan selanjutnya adalah menyegerakan untuk menemukan strategi penyelesaiannya. Strategi yang baik bertujuan untuk menyelesaikan masalah secara bijak. Dalam tahapan ini, masalah yang dihadapi individu atau kelompok telah mampu dipahami dan ditemukan solusi untuk menyelesaikannya.
- 7) Segera mengambil tindakan. Tindakan menjadi bukti nyata berhasil atau tidaknya sebuah masalah yang ingin diselesaikan. Karena melakukan tindakan adalah bentuk dari realisasi terhadap pemahaman masalah dan gagasan untuk solusi yang telah ditemukan.
- 8) Mengatur emosi. Emosional adalah hal yang penting dalam menyelesaikan suatu permasalahan. Pengaturan emosional yang baik akan berpengaruh kepada pengembangan pola pikir yang baik. Ketika manajemen emosi tidak baik maka akan sulit untuk berpikir secara jernih ketika menyelesaikan masalah yang dihadapi.

- 9) Berpikir logis. Ketika manajemen emosi baik, maka hal yang tidak kalah pentingnya juga adalah selalu berpikir secara logis dan rasional. Berpikir secara logis akan mempengaruhi pola pikir yang dimiliki.
- 10) Bersikap proporsional.

### 3. Hubungan Antara Problem Focused Coping Terhadap Peningkatan Motivasi Belajar

Hubungan antara *problem focused coping* terhadap peningkatan motivasi belajar dapat dijelaskan dari perspektif psikologis, sosial dan kognitif. Dari perspektif psikologis, *problem focused coping* dapat meningkatkan semangat belajar dengan cara mengurangi tekanan yang dialami akibat tuntutan akademik, seperti tugas dan ujian. Tekanan yang berlebihan dapat mengganggu konsentrasi, daya ingat dan semangat belajar siswa. Dengan menggunakan *problem focused coping*, siswa dapat mengidentifikasi, menganalisis dan menyelesaikan masalah mereka. Hal ini dapat membuat siswa merasa lebih tenang, percaya diri, dan optimis dalam belajar.<sup>40</sup> Dampak tersebut dirasakan karena tuntutan akademik dapat diselesaikan secara mandiri.

Sementara dari perspektif sosial, *problem focused coping* dapat meningkatkan motivasi belajar siswa dengan cara meningkatkan dukungan sosial yang diperlukan dalam belajar. Dukungan sosial adalah bantuan, dorongan, atau penghargaan yang diberikan oleh orang lain, seperti orang tua, guru, teman, atau masyarakat kepada siswa dalam belajar. Dukungan sosial dapat meningkatkan rasa percaya diri, semangat dan prestasi belajar siswa. Dukungan sosial juga dapat mengurangi stress, kesepian dan depresi yang dialami oleh siswa. Dengan

---

<sup>40</sup> Indawati and Nanik Kholifah, "Hubungan Antara Optimisme Dengan Problem Focused Coping Pada Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi," *Jurnal Psikologi* 4, no. 1 (2017): 19–25.

menggunakan *problem focused coping*, siswa dapat mencari dan memanfaatkan dukungan sosial yang tersedia seperti diskusi, konsultasi atau bekerja sama dengan orang lain dalam belajar.<sup>41</sup> *Problem Focused Coping* menjadi solusi agar siswa dapat bersosial secara progresif dan efektif.

Sedangkan dari perspektif kognitif, *problem focused coping* dapat meningkatkan motivasi belajar siswa dengan cara meningkatkan keterampilan dan pengetahuan yang dibutuhkan dalam belajar. Keterampilan dan pengetahuan adalah kemampuan yang dimiliki oleh siswa untuk memahami, mengaplikasikan dan mengembangkan materi yang dipelajari. Keterampilan dan pengetahuan dapat meningkatkan rasa penasaran, minat, dan kepuasan siswa dalam belajar. Dengan menggunakan *problem focused coping*, siswa dapat mencari dan mengakses informasi, sumber atau metode yang relevan dan bermanfaat untuk belajar.<sup>42</sup>

#### **4. *Problem Focused Coping* Dalam Perspektif Al-Qur'an**

*Problem Focused Coping* merupakan upaya untuk melaksanakan aktivitas dengan tujuan menghilangkan kondisi yang menyebabkan stress. Dalam Islam, Al-Qur'an telah menjadi pedoman untuk menuntun manusia dalam berkehidupan. Al-qur'an mampu menjadi obat bagi orang-orang yang mengalami stress ketika menghadapi masalah dalam hidupnya. Karena itu, Islam memandang bahwa stress yang dialami oleh seseorang merupakan ujian dari Allah SWT. Dalam Q.S Al-Baqarah ayat 155 yang berbunyi:

---

<sup>41</sup> Indawati and Nanik Kholifah, "Hubungan Antara Optimisme Dengan Problem Focused Coping Pada Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi," *Jurnal Psikologi* 4, no. 1 (2017): 19–25

<sup>42</sup> <https://www.kajianpustaka.com/2022/03/strategi-koping.html>

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ وَبَشِّرِ  
 الصَّابِرِينَ ﴿١٥٠﴾

Terjemahnya:

Kami pasti akan mengujimu dengan sedikit ketakutan dan kelaparan, kekurangan harta, jiwa, dan buah-buahan. Sampaikanlah (Wahai Muhammad) kepada orang-orang sabar. Bagi mereka yang sabar dalam menghadapi ujian, maka akan selalu ada pertolongan, berkah dan rahmat yang hadir. Sehingga, dengan ujian yang diberikan, orang-orang mampu menjadi lebih kokoh kevakinannya, tabah jiwanya, kuat mentalnya serta mampu bertahan dengan ujian yang ada.

Dalam Al-qur'an, terdapat beberapa sumber yang mengakibatkan seseorang mengalami stress diantaranya sebagai berikut:

- a. Berprasangka buruk kepada Allah SWT. Dalam kehidupan sehari-hari orang-orang yang cenderung berprasangka buruk kepada Allah SWT akan mengatakan bahwa rezekinya dibatasi atau Allah SWT sedang membencinya.
- b. Berprasangka buruk kepada orang lain. Orang-orang yang seringkali berprasangka buruk terhadap orang lain akan menjadikan orang tersebut mudah tersinggung, mudah marah, hingga menduga, memperkirakan bahkan menyangka yang tidak benar terhadap orang lain. Dan berprasangka buruk terhadap orang lain akan menjadikan jiwa seseorang itu tidak tenang.
- c. Musibah. Orang-orang yang mengalami kejadian yang tidak sesuai dengan ekspektasinya disebut dengan musibah. Dalam pengertian KBBI, musibah diartikan sebagai peristiwa yang menyedihkan, malapetaka, bencana.
- d. Penyakit hati. Penyakit hati dapat menjadikan seseorang stress. Penyakit hati diantaranya terdapat iri hati, dendam dan ragu-ragu.

Penyakit hati bisa saja berdampak buruk bagi orang lain terlebih lagi bagi diri sendiri. Islam mengajarkan untuk menghindari penyakit ini, karena penyakit ini akan menjadikan seseorang sulit melihat kebaikan.<sup>43</sup>

Dari sumber yang mengakibatkan orang-orang mengalami stress maka Al-qur'an memiliki coping untuk diterapkan. Diantaranya terdapat tuntutan untuk menerima ketetapan dan ujian yang diberikan, sabar ketika menghadapi penderitaan atau keadaan yang tidak diinginkan, serta senantiasa berzikir bahwa selalu ada pertolongan Allah SWT atas masalah yang dihadapi.

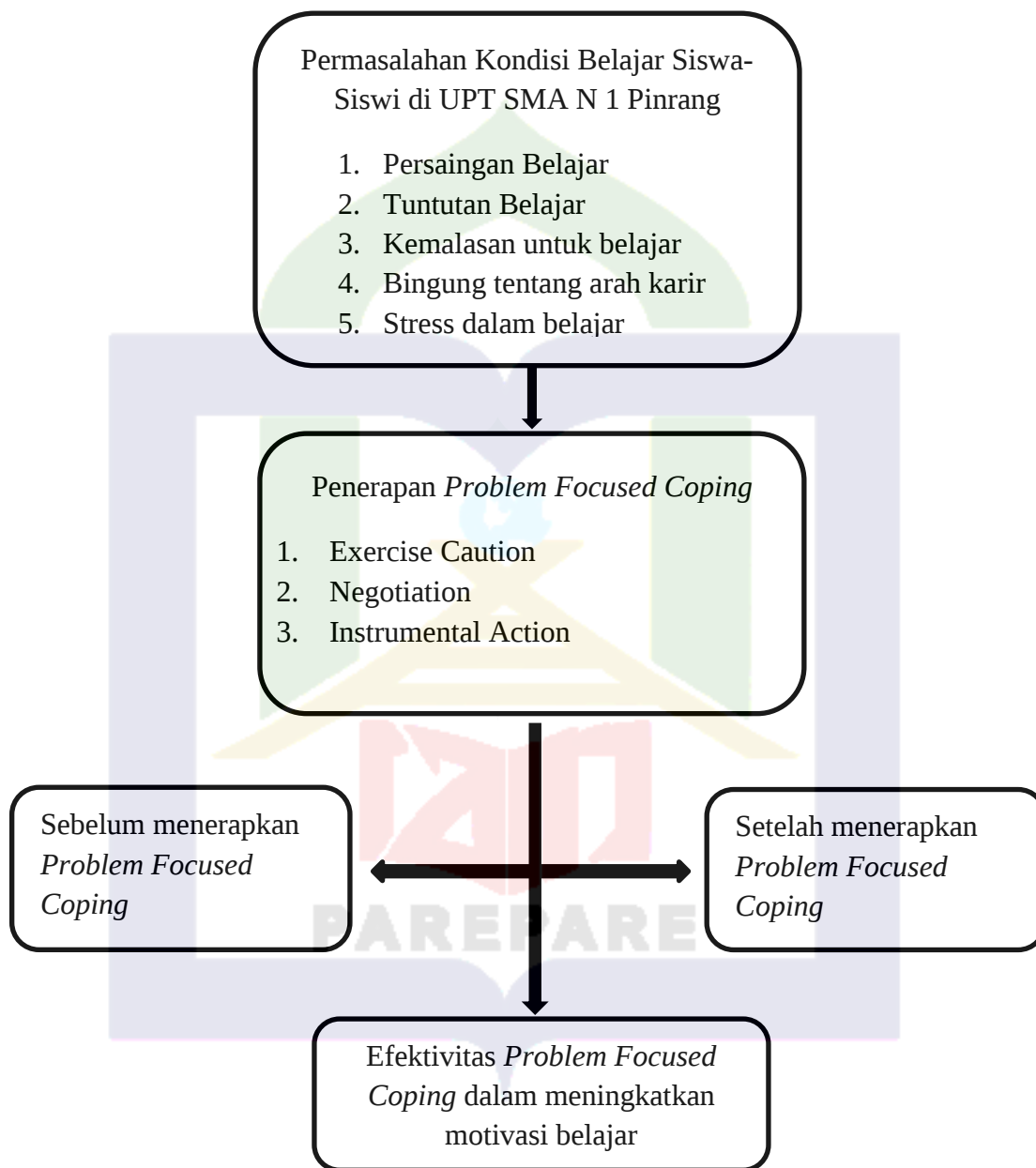
## 5. Urgensi Meningkatkan Motivasi Belajar

Meningkatkan motivasi belajar menjadi sesuatu yang sangat dimuliakan didalam Islam. Dalam pandangan islam, meningkatkan motivasi belajar memiliki kepentingan diantaranya yaitu upaya untuk mencari kebenaran serta menuntun pada kebaikan. Bahkan dalam salah satu firman Allah SWT disebutkan dalam Q.S Al-Mujadalah ayat 11 yang berbunyi *وَالَّذِينَ آمَنُوا وَلَمْ يَلْبِسُوا إِيمَانَهُم بِظُلْمٍ أُولَٰئِكَ لَهُم أَجْرٌ كَبِيرٌ* yang artinya: Allah akan meninggikan orang-orang yang beriman di antaramu dan orang-orang yang diberi ilmu pengetahuan beberapa derajat. Selain itu, terdapat juga dalam Q.S Al-Baqarah ayat 148 yang berbunyi *وَلِكُلٍّ وِجْهَةٌ هُوَ مُوَلِّيهَا فَاَسْتَبِقُوا الْخَيْرَاتِ* yang artinya: Dan bagi tiap-tiap umat ada kiblatnya (sendiri) yang ia menghadap kepadanya. Maka berlomba-lombalah (dalam membuat) kebaikan. Di mana saja kamu berada pasti Allah akan mengumpulkan kamu sekalian (pada hari kiamat). Sesungguhnya, Allah Maha Kuasa atas segala sesuatu.

<sup>43</sup> Yuli Darwati, "Coping Stress Dalam Perspektif Al Qur'an," *Spiritualita* 6, no. 1 (2022): 1–16, <https://doi.org/10.30762/spiritualita.v6i1.295>.

### C. Kerangka Pikir

Berikut kerangka pikir dalam penelitian ini:



Gambar 2.1 Kerangka Pikir

#### D. Hipotesis

Hipotesis adalah sebuah jawaban sementara terhadap rumusan masalah diatas. Adapun hipotesis yang penulis maksud adalah terapan metode *Problem Focused Coping* sebagai variabel bebas (independent) secara efektif dapat meningkatkan motivasi belajar sebagai variabel terikat (dependent) siswa di UPT SMA N 1 Pinrang. Dengan memfokuskan pada pemecahan masalah dan pengelolaan stress akademis, diharapkan siswa akan mengalami peningkatan motivasi, konsentrasi dan ketahanan mental, yang pada gilirannya akan mengoptimalkan proses pembelajaran mereka. Adapun hipotesis dalam penelitian ini sebagai berikut:

1.  $H_a$ : Strategi *problem focused coping* efektif dalam meningkatkan motivasi belajar.
2.  $H_o$ : Strategi *problem focused coping* tidak efektif dalam meningkatkan motivasi belajar.

### BAB III

#### METODE PENELITIAN

##### A. Pendekatan Dan Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan penelitian dengan pendekatan kuantitatif eksperimen. Penelitian kuantitatif merupakan salah satu jenis penelitian yang spesifikasinya adalah sistematis, terencana dan terstruktur dengan jelas sejak awal hingga pembuatan desain penelitiannya. Penelitian kuantitatif sebagaimana dikemukakan oleh Sugiono bahwa metode penelitian kuantitatif berlandaskan pada filsafat positivism, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrument penelitian, analisis data bersifat kuantitatif statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan.

Berdasarkan judul yang diangkat oleh peneliti, maka penelitian ini menggunakan metode pendekatan kuantitatif menggunakan Penelitian Percobaan (Eksperimen Research). Penelitian ini menggunakan desain atau rancangan *Quasi experiment: one group pretest and posttest design*. Rancangan ini merupakan rancangan yang sederhana karena sebuah rancangan yang digunakan tanpa adanya kelompok kontrol dan hanya menggunakan satu kelompok. Hal ini dilakukan dengan *pretest* pada subjek, langsung diberi perlakuan dan setelahnya diberikan *posttest*.<sup>44</sup>

Tujuan penulis menggunakan rancangan tersebut agar dapat memudahkan penulis dalam menerapkan strategi *problem focused coping* sebagai bentuk perlakuan

---

<sup>44</sup> ZAFIRA RAMADHANTI and Budi Purwoko, "Penerapan Teknik Logoterapi Untuk Meningkatkan Efikasi Diri Peserta Didik Di Smpn 29 Gresik Bidang Akademik," *Jurnal BK UNESA* 11, no. 3 (2020).

bagi siswa-siswi di UPT SMA Negeri 1 Pinrang. Jika digambarkan seperti pola, maka rancangan penelitian sebagai berikut:

**Tabel 3.1 Desain Penelitian *One Group Pretest dan Posttest***

| <i>Pre-test</i> | <i>Treatment</i> | <i>Post-test</i> |
|-----------------|------------------|------------------|
| <b>O1</b>       | <b>X</b>         | <b>O2</b>        |

Keterangan:

O1 = *Pretest* (tes awal) sebelum diberikan perlakuan

X = Strategi *problem focused coping*

O2 = *Posttest* (tes akhir) setelah diberikan perlakuan

## **B. Lokasi dan Waktu Penelitian**

Penelitian ini akan dilakukan di UPT SMA Negeri 1 Pinrang, Sulawesi Selatan, Indonesia. Waktu penelitian ditentukan dari seberapa lama rentan perlakuan dan pengukuran hasil yang diberikan.

## **C. Populasi dan Sampel**

### **1. Populasi**

Populasi berasal dari bahasa Inggris yaitu *population* yang berarti jumlah penduduk. Dalam metode penelitian, kata populasi dipakai untuk menyebutkan sekelompok objek yang menjadi sasaran penelitian.<sup>45</sup> Adapun jenis populasi yang digunakan yaitu populasi terjangkau. Populasi terjangkau merupakan jumlah individu yang dapat dijangkau oleh peneliti dan berpartisipasi dalam penelitian. Sehingga populasi yang dimaksud dalam penelitian ini yaitu siswa-siswi kelas 12 UPT SMA N 1 Pinrang Tahun Ajaran 2024/2025.

<sup>45</sup> M.M Ir. Syofian Siregar, *Metode Penelitian Kuantitatif* (Jakarta: Kencana Prenadamedia Group, 2013), <http://www.prenadamedia.com>.

## 2. Sampel

Sampel merupakan suatu prosedur pengambilan data yang hanya sebagian populasi saja yang diambil untuk menentukan ciri yang dikehendaki dari suatu populasi.<sup>46</sup> Teknik sampel dalam penelitian ini yaitu dengan menggunakan Teknik *Purposive*. Tekni *purposive* merupakan pengambilan sampel yang dilakukan dengan mengambil sampel tertentu yang memiliki karkateristik, ciri, kriteria atau sifat tertentu. Sehingga, pengambilan sampel tidak dilakukan secara acak.<sup>47</sup> Adapun kriteria subjek dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Siswa-siswi kelas 12.
- b. Siswa-siswi yang memiliki skor motivasi belajar yang rendah.
- c. Bersedia mengikuti pelatihan yang telah disusun.

## D. Teknik Pengumpulan Dan Pengolahan Data

### 1. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data adalah sebuah cara yang dilakukan peneliti untuk mengumpulkan data.<sup>48</sup> Pengumpulan data dilakukan dengan cara sistematis agar memperoleh data yang diinginkan. Adapun teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu berupa:

- a. Angket

Angket merupakan metode pengumpulan data berupa kuesioner untuk mencari data yang diberikan kepada siswa-siswi sebagai populasi dalam penelitian ini. Data yang diperoleh digunakan untuk menentukan sampel dalam

---

<sup>46</sup> Ir. Syofian Siregar.

<sup>47</sup> Ir. Syofian Siregar.

<sup>48</sup> Chesley Tanujaya, "Perancangan Standart Operational Procedure Produksi Pada Perusahaan Coffeein," *Jurnal Manajemen Dan Start-Up Bisnis* 2, no. 1 (2017): 90–95.

penelitian ini sesuai dengan kriteria yang diinginkan. Adapun skala yang dipakai adalah skala *likert*. Skala *likert* digunakan untuk mengukur motivasi belajar.

**Tabel 3.2 Skala Penilaian Motivasi Belajar**

| Pernyataan          | Skor Item<br>Favorable | Skor Item<br>Unfavorable |
|---------------------|------------------------|--------------------------|
| Sangat Setuju       | 5                      | 1                        |
| Setuju              | 4                      | 2                        |
| Ragu-Ragu           | 3                      | 3                        |
| Tidak Setuju        | 2                      | 4                        |
| Sangat Tidak Setuju | 1                      | 5                        |

Skala *likert* merupakan skala yang mampu digunakan untuk mengukur persepsi, pendapat dan sikap seseorang mengenai suatu objek atau fenomena tertentu.<sup>49</sup> Skala *likert* memiliki dua bentuk pernyataan yaitu pernyataan positif dan pernyataan negatif. Pernyataan positif diberi skor 5, 4, 3, 2, 1, sementara bentuk pernyataan negatif diberi skor 1, 2, 3, 4, 5.<sup>50</sup> Bentuk jawaban dari skala *likert* terdiri dari sangat setuju, setuju, ragu-ragu, tidak setuju, sangat tidak setuju.

Skala *likert* akan digunakan untuk mengukur item pernyataan-pernyataan favorable dan unfavorable yang telah disusun menjadi instrumen penelitian ini. Item tersebut bersumber pada jurnal yang ditulis oleh beberapa mahasiswa Universitas Muhammadiyah Magelang diantaranya Alfira Rahmi Anugraheni, Chainisa Ayu Seprina, Shanti Putri Paramitasari, Vinny Kurnia

<sup>49</sup> Weksi Budiaji et al., "SKALA PENGUKURAN DAN JUMLAH RESPON SKALA LIKERT (The Measurement Scale and The Number of Responses in Likert Scale)," *Jurnal Ilmu Pertanian Dan Perikanan Desember* 2, no. 2 (2019): 125–31, <http://umbidharma.org/jipp>.

<sup>50</sup> Oleh Baso and Intang Sappaile, "Pembobotan Butir Pernyataan Dalam Bentuk Skala Likert Dengan Pendekatan Distribusi Z," *Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan* 13, no. 064 (2007): 1–8.

Vionita, dan Aftina Nurul Husna dengan judul “Skala Motivasi Belajar: Konstruksi dan Analisis Psikometri” pada tahun 2019 yang telah teruji valid dan reliabel.<sup>51</sup> Item yang pada awalnya sebanyak 144 terdiri dari 72 item favorable dan 72 item unfavorable. Berdasarkan hasil uji validitas isi oleh pakar, diperoleh item gugur setelah perhitungan V aiken’s dengan standar  $V < 0,5$  sebanyak 33 yang terdiri dari 9 item favorable dan 24 item unfavorable.

**Tabel 3.3 Reliabilitas**

| <b>Reliability Statistics</b> |                                              |            |
|-------------------------------|----------------------------------------------|------------|
| Cronbach's Alpha              | Cronbach's Alpha Based on Standardized Items | N of Items |
| .861                          | .870                                         | 40         |

Berdasarkan tabel 3.4 hasil perhitungan reliabilitas menggunakan koefisien alpha dengan uji SPSS Statistics 23, diperoleh nilai  $\alpha = 0,861$ . Nilai tersebut menunjukkan bahwa keseluruhan item memenuhi persyaratan sebagai item yang baik karena memiliki nilai  $0,9 > \alpha \geq 0,8$  yang berarti item tersebut *reliable*.

**Tabel 3.4 Seleksi Item**

| <b>Reliability Statistics</b> |                                              |            |
|-------------------------------|----------------------------------------------|------------|
| Cronbach's Alpha              | Cronbach's Alpha Based on Standardized Items | N of Items |
| .886                          | .888                                         | 24         |

Berdasarkan seleksi item yang terdapat pada tabel 3.5 menunjukkan bahwa item yang memiliki nilai dibawah 0,3 (1, 3, 7, 8, 11, 15, 19, 20, 22, 23, 35, 36, 37, 38, 39, 40) dihapuskan, hasil perhitungan koefisien alpha menunjukkan peningkatan dari nilai sebelumnya yaitu  $\alpha = 0,861$  menjadi  $\alpha = 0,886$ . Sehingga skala item yang sebelumnya berjumlah 40 harus dikurang 16 item yang tidak memenuhi standar nilai  $r (0,3)$  hingga item yang tetap memiliki internal konsistensi yang baik atau reliabel berjumlah 24 item. berikut daftar item yang memenuhi kriteria ( $r \geq 0,3$ ):

<sup>51</sup> Alfira Rahmi Anugraheni et al., “Skala Motivasi Belajar: Konstruksi Dan Analisis Psikometri,” *Proceeding of The URECOL* 1, no. 10 (2019): 66–69, <http://repository.urecol.org/index.php/proceeding/article/view/642>.

Tabel 3.5 Skala Motivasi Belajar

| Aspek                                                       | Item                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|-------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                             | <i>Favorable</i>                                                                                                                                                                                                                                        | <i>Unfavorabel</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| Keinginan untuk memahami dan menguasai apa yang dipelajari. | 1. Menurut saya belajar itu penting.<br>2. Saya belajar tidak terikat jadwal.                                                                                                                                                                           | 1. Saya suka membolos.<br>2. Saya mudah bosan ketika sedang belajar.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Komitmen akan tugas dan kewajiban untuk belajar.            | 1. Saya menyadari bahwa belajar adalah kewajiban.<br>2. Apapun keadaannya saya tetap belajar.                                                                                                                                                           | 1. Saya belajar ketika ada tekanan dari luar.<br>2. Bagi saya belajar bukanlah kewajiban.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Inisiatif untuk belajar.                                    | 1. Saya membuat jadwal untuk belajar.<br>2. Saya akan membuat catatan pribadi ketika ada ilmu baru yang didapat.<br>3. Saya mencari banyak buku untuk pegangan belajar secara mandiri.<br>4. Saya berinisiatif menciptakan suasana belajar yang nyaman. | 1. Saya tidak memahami pencapaian dalam belajar.<br>2. Saya menunda belajar sampai diingatkan.<br>3. Saya belajar karena dipaksa orang lain.                                                                                                                                                                                                                                                              |
| Optimis akan hasil belajar                                  | 1. Saya akan lebih berusaha dan giat belajar jika hasil ujian buruk.<br>2. Saya senang mempelajari kembali materi yang telah diajarkan.<br>3. Saya yakin bahwa kesalahan adalah proses untuk berkembang menjadi lebih baik.                             | 1. Saya lebih senang bercanda ketika bersama teman-teman.<br>2. Saya menyelesaikan tugas dengan tidak maksimal.<br>3. Saya mudah menyerah dalam usaha memahami materi yang sulit.<br>4. Saya kehilangan kepercayaan diri ketika mengalami kegagalan menyelesaikan tugas.<br>5. Saya merasa kesal jika hasil ujian buruk.<br>6. Saya tidak berusaha secara maksimal untuk mencapai target yang diinginkan. |

Sumber tersebut menjadi dasar penyusunan instrumen penelitian yang akan penulis gunakan untuk diuji cobakan pada objek penelitian ini.

b. Modul *Problem Focused Coping*

*Problem Focused Coping* disusun berdasarkan adalah strategi coping yang berfokus pada pemecahan masalah. Strategi ini dapat dilakukan dengan cara mengidentifikasi masalah motivasi belajar siswa, mengenali masalah yang membuat motivasi belajarnya menurun, serta menemukan solusi yang tepat untuk diterapkan dalam mengatasi masalah motivasi belajar yang rendah. Dengan menerapkan strategi *problem focused coping*, siswa dapat secara bertahap meningkatkan motivasi belajarnya karena masalah yang menjadi penyebab telah diatasi.

**Tabel. 3.6 Modul Meningkatkan Motivasi Belajar Dengan Menggunakan Strategi *Problem Focused Coping***

| Informasi Umum          |   |                                                                       |
|-------------------------|---|-----------------------------------------------------------------------|
| <b>Jenis Strategi</b>   | : | <i>Problem Focused Coping</i>                                         |
| <b>Lokasi</b>           | : | UPT SMA N 1 Pinrang                                                   |
| <b>Sasaran</b>          | : | Siswa-Siswi Kelas 12                                                  |
| <b>Metode</b>           | : | Bimbingan, diskusi, dan pengisian <i>worksheet</i>                    |
| <b>Alokasi Waktu</b>    | : | 10 hari                                                               |
| <b>Tahun Penyusunan</b> | : | 2024                                                                  |
| Pengantar               |   |                                                                       |
| <b>Pendahuluan</b>      | : | Motivasi belajar merupakan dorongan internal yang mendorong seseorang |

|  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <p>untuk aktif dan tekun dalam menghadapi tantangan akademik, mengejar pengetahuan baru, dan meraih pencapaian dalam pembelajaran. Dalam pandangan psikologi, faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi belajar berasal dari motivasi internal dan eksternal. Motivasi internal diantaranya adalah rasa ingin tahu yang tinggi, sikap optimis, memiliki inisiatif dan tanggung jawab dalam pembelajaran serta komitmen untuk terus mengikuti proses belajar. Sedangkan, motivasi eksternal diantaranya adalah sarana dan prasarana yang mendukung pembelajaran dan pengaruh lingkungan sosial. Namun, seringkali terdapat hambatan dalam memenuhi motivasi belajar. Hambatan tersebut tidak terlepas dari faktor internal dan eksternal seperti kurangnya minat siswa terhadap pembelajaran, tekanan tugas yang diberikan, gangguan digital yang mengakibatkan turunnya konsentrasi belajar, lingkungan yang kurang suportif serta kesulitan dalam memahami materi pembelajaran.</p> |
|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <p>Hambatan tersebut bisa saja menjadi sebuah pemicu stress bagi siswa yang menyebabkan kurang atau menurunnya motivasi belajar yang dimiliki. Hadirnya ilmu psikologi menjadi solusi untuk menangani masalah psikis siswa dalam pembelajaran. Salah satu strategi ilmu psikologi yang dapat diterapkan adalah strategi <i>coping</i>. Strategi <i>coping</i> merupakan suatu proses untuk menangani dan menguasai situasi stress yang menekan akibat masalah yang sedang dihadapi oleh seseorang agar mampu mengelola pikiran, perilaku serta perasaannya menjadi lebih terkontrol dan stabil. Strategi <i>coping</i> terdiri dari dua jenis yaitu <i>problem focused coping</i> dan <i>emotional focused coping</i>. <i>Problem focused coping</i> merupakan startegi yang difokuskan pada penanganan masalah secara langsung. Sedangkan <i>emotional focused coping</i> merupakan strategi yang difokuskan pada penanganan emosional. Untuk menghadapi hambatan dan tantangan belajar yang dialami oleh siswa, maka <i>problem focused coping</i> menjadi</p> |
|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|                      |                           |          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |        |
|----------------------|---------------------------|----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|
|                      |                           |          | strategi yang tepat karena pendekatan ini melibatkan upaya nyata untuk mengubah atau mengatasi situasi yang menyebabkan stress dan kesulitan belajar. <i>Problem focused coping</i> mampu menjadi pelatihan yang efektif dalam membantu siswa-siswi menghadapi masalah secara langsung, meningkatkan daya tahan, dan meningkatkan motivasi belajar mereka. |        |
|                      | <b>Analisis Kebutuhan</b> | :        | Untuk meningkatkan motivasi belajar di UPT SMA N 1 Pinrang. Maka, kebutuhan yang diperlukan diantaranya: kebutuhan akan pemahaman motivasi belajar, kebutuhan mengendalikan diri dalam pembelajaran, serta kebutuhan akan solusi mengatasi masalah belajar.                                                                                                |        |
|                      | <b>Tema</b>               | :        | Efektivitas <i>problem focused coping</i> dalam meningkatkan motivasi belajar.                                                                                                                                                                                                                                                                             |        |
|                      | <b>Tujuan Pelatihan</b>   | :        | Meningkatkan motivasi belajar melalui pelatihan <i>problem focused coping</i> .                                                                                                                                                                                                                                                                            |        |
| <b>Kegiatan Inti</b> |                           |          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |        |
| No.                  | Pertemuan                 | Kegiatan | Uraian Kegiatan                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Tujuan |

|    |                   |                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                          |
|----|-------------------|-----------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. | Pertemuan pertama | Pembukaan                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Peneliti memperkenalkan diri dan menjelaskan maksud kedatangannya.</li> <li>➤ Peneliti membagikan link kuesioner kepada siswa-siswi.</li> </ul>                                                                                                             | <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Agar siswa-siswi mengenal peneliti dan mengetahui tujuan peneliti.</li> <li>➤ Agar peneliti mendapat data awal dari siswa terkait motivasi belajar yang dimiliki oleh siswa-siswi.</li> </ul>                   |
| 2. | Pertemuan kedua   | Penerapan <i>Problem Focused Coping</i> | <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Trainer memberi edukasi terkait motivasi belajar dan <i>problem focused coping</i>.</li> <li>➤ Fasilitator memberi tahap <i>negotiation, instrumental action dan exercise caution</i> kepada siswa/siswi untuk meningkatkan motivasi belajarnya.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Agar siswa-siswi memperoleh pengetahuan dalam meningkatkan motivasi belajar.</li> <li>➤ Agar siswa-siswi mampu mengatasi masalah motivasi belajarnya melalui strategi <i>problem focused coping</i>.</li> </ul> |
| 3. | Pertemuan ketiga  | Tahap Pemberian <i>Post-Test</i>        | Mengumpulkan siswa/siswi yang menjadi kelompok                                                                                                                                                                                                                                                       | Untuk mengetahui hasil efektivitas                                                                                                                                                                                                                       |

|  |  |  |                                                  |                                                                                           |
|--|--|--|--------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|
|  |  |  | eksperimen untuk mengisi link <i>Post-Test</i> . | <i>problem focused coping</i> dalam meningkatkan motivasi belajar di UPT SMA N 1 Pinrang. |
|--|--|--|--------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|

### 1. Pengolahan Data

Pengolahan data merupakan proses transformasi atau perhitungan data input menjadi informasi yang mudah untuk dipahami sesuai dengan yang diinginkan. Pengolahan data adalah suatu cara-cara menerima data sebagai masukan (*input*) untuk diproses (*processing*) dengan menggunakan proses tertentu dan mengeluarkan hasil proses data tersebut dalam bentuk informasi (*output*).<sup>52</sup> Teknik pengolahan data dalam penelitian ini yaitu dengan menggunakan bantuan dari aplikasi *Statistical Product and Service Solutions* (SPSS) versi 26. Aplikasi ini khusus digunakan untuk mengelola data statistik dan merupakan software yang paling sering digunakan dalam penelitian. Adapun teknik analisis data sebagai berikut:

#### a. Uji Validitas

Validitas atau kesahihan merupakan alat ukur yang mampu mengukur apa yang ingin diukur. Dalam penelitian ini, item-item pernyataan yang digunakan penulis merupakan item-item yang telah teruji validitas pada penelitian yang dilakukan oleh beberapa mahasiswa Universitas Muhammadiyah Magelang diantaranya Alfira Rahmi Anugraheni, Chainisa

<sup>52</sup> Mahyuni, Sharipuddin, and Martono, "Perancangan Sistem Pengolahan Data Pada SMA Negeri 6 Kabupaten Tebo," *Jurnal Ilmiah Media SISFO* 8, no. 3 (2014): 180–87.

Ayu Seprina, Shanti Putri Paramitasari, Vinny Kurnia Vionita, dan Aftina Nurul Husna dalam jurnal yang berjudul “Skala Motivasi Belajar: Konstruksi dan Analisis Psikometri” pada tahun 2019. Sehingga item tersebut digunakan untuk memudahkan penulis dalam penelitian yang dilakukan pada subjek yang berbeda.

b. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas adalah uji untuk mengetahui sejauh mana hasil pengukuran tetap konsisten apabila dilakukan pengukuran dua kali atau lebih terhadap gejala yang sama dan dengan menggunakan alat pengukur yang sama. Teknik yang digunakan dalam uji reliabilitas adalah Teknik *Alpha Cronbach*. Teknik ini digunakan untuk menentukan apakah suatu instrumen penelitian *reabel* atau tidak. Kriteria suatu instrumen penelitian akan dikatakan *reliable* jika koefisien reliabilitas mencapai nilai atau skor  $> 0,6$ .<sup>53</sup>

c. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah sampel yang diteliti berdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas yang digunakan adalah uji *Shapiro Wilk* dan *Kolmogorov-Smirnov*. Uji *Shapiro Wilk* digunakan karena sampel penelitian penulis terbilang sedikit dan uji *Kolmogorov-Smirnov* digunakan sebagai kriteria pengujian normalitas, jika data memiliki nilai signifikansi  $> 0,05$  maka data tersebut dianggap terdistribusi normal.

---

<sup>53</sup> Ir. Syofian Siregar, *Metode Penelitian Kuantitatif*.

#### d. Uji Homogenitas

Uji homogenitas merupakan uji yang dilakukan untuk mengetahui apakah varian dari data sama atau tidak. Uji homogenitas dilakukan sebelum uji hipotesis. Adapun, jenis uji data homogenitas yang penulis gunakan adalah *One Way Anova*. Jenis pengujian ini merupakan analisis ragam satu arah karena hanya berkepentingan dengan satu arah saja. Adapun dasar pengambilan keputusan data tersebut dikatakan terdistribusi homogen jika nilai signifikansinya  $> 0,05$ .

#### e. Uji Hipotesis

Sesuai dengan maksud dan tujuan penelitian ini yaitu membuktikan pengaruh variabel independent terhadap variabel dependen. Maka hipotesa yang ditetapkan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah variabel independent mempunyai pengaruh signifikan terhadap variabel dependen. Jenis hipotesis yang digunakan adalah Uji *Paired T-Test* merupakan uji yang dilakukan untuk menguji perbedaan rata-rata sebelum dan setelah diberikan perlakuan atau eksperimen. Sehingga uji ini digunakan untuk melihat perbedaan antara hasil nilai *pre-test* dan *post-test*. Adapun dasar pengambilan keputusan dalam Uji *Paired T-Test* yaitu:

1. Jika nilai signifikansi  $< 0,05$  hipotesis diterima yang menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan.
2. Jika nilai signifikansi  $> 0,05$  hipotesis ditolak yang menunjukkan tidak adanya pengaruh yang signifikan.

## E. Definisi Operasional Variabel

### 1. Variabel Bebas (Independent)

Variabel bebas adalah variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab dari berubahannya atau timbulnya variabel terikat (dependent). Dalam hal ini, yang menjadi variabel bebas adalah *problem focused coping*. *Problem focused coping* merupakan strategi yang difokuskan pada penyelesaian atau penanganan langsung terhadap masalah yang dihadapi oleh individu atau siswa dengan memberikan edukasi, dukungan sosial, serta solusi pemecahan masalah.

### 2. Variabel Terikat (Dependent)

Variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas (independent). Dalam hal ini yang menjadi variabel bebas adalah motivasi belajar. Motivasi belajar merupakan faktor penting untuk mencapai keberhasilan dalam pembelajaran. Motivasi belajar menjadi suatu energi dan kekuatan yang terdapat dalam diri individu dengan timbulnya afeksi dan reaksi untuk mencapai tujuan belajar. Untuk mengukur motivasi belajar, menurut Marilyn K.Gowing memilih aspek-aspek motivasi belajar diantaranya adalah keinginan untuk memahami dan menguasai apa yang dipelajari, komitmen akan tugas dan kewajiban untuk belajar, inisiatif untuk belajar, dan optimis akan hasil belajar. Alat ukur dari aspek tersebut terdiri dari 24 item-item pernyataan.

## BAB IV

### HASIL DAN PEMBAHASAN

#### A. Deskripsi Hasil Penelitian

Deskripsi hasil penelitian diperoleh melalui konsep *quasi eksperiment: one group pretest and posttest design*. Pemberian *pre-test* diberikan terlebih dahulu kepada populasi untuk mencari tahu tingkat motivasi belajar yang dimiliki oleh siswa-siswi. Siswa-siswi yang memiliki skor motivasi belajar yang rendah pada pengisian *pre-test* akan menjadi sampel pelatihan. Pelatihan yang dilakukan adalah strategi *problem focused coping* yang merupakan salah satu jenis dalam strategi *coping*. Maka, terdapat modul pelatihan yang telah disusun berdasarkan aspek-aspek *problem focused coping* yang telah memuat materi pelatihan dan *worksheet* evaluasi. Setelah pemberian *pre-test* dan pelatihan *problem focused coping* kepada sampel maka tahap selanjutnya adalah pemberian *post-test* untuk melihat ada atau tidaknya efektivitas *problem focused coping* terhadap motivasi belajar siswa.

Selain itu, deskripsi hasil penelitian ini dikemukakan dengan berdasarkan kepada teknik analisis deskriptif dengan bantuan *software* IBM SPSS Statistics versi 26 meliputi mean, standar deviasi dan varians. Untuk memperoleh gambaran yang lebih jelas terkait hasil penelitian, maka

disertakan pula tabel distribusi frekuensi yang kemudian divisualisasikan ke dalam bentuk histogram.

### 1. Deskripsi Data *Pre-test*

Penelitian dilakukan dengan mengisi link *pre-test* yang telah disebarakan kepada siswa-siswi kelas 12 UPT SMA Negeri 1 Pinrang. *Pre-test* digunakan sebagai langkah awal untuk mengetahui tingkat motivasi belajar siswa-siswi sebelum diberikan perlakuan. Adapun datanya dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.1 Descriptive Statistics

|                         | N  | Minimum | Maximum | Mean    | Std. Deviation |
|-------------------------|----|---------|---------|---------|----------------|
| <b>Pretest</b>          | 77 | 37.00   | 120.00  | 99.4026 | 20.34522       |
| <b>Valid (listwise)</b> | 77 |         |         |         |                |

Sumber data: Software IBM SPSS Statistics

Berdasarkan tabel 4.1 menunjukkan 77 responden yang telah mengisi link *pre-test*, diketahui bahwa rata-rata nilai *pre-test* yaitu 99,4026, dengan minimum 37 dan maximum 120 serta standar deviasi 20,34522. Adapun kategori responden dapat diketahui melalui rumus berikut:

| Rumus Mencari Tiga Kategorisasi Data |                        |
|--------------------------------------|------------------------|
| Rendah                               | $X < M-1SD$            |
| Sedang                               | $M-1SD \leq X < M+1SD$ |
| Tinggi                               | $M+1SD \leq X$         |

Keterangan:

X = Skor nilai total

M = Mean (Rata-rata)

SD = Standar Deviasi

Untuk mengkategorikan tinggi, sedang atau rendahnya motivasi belajar pada responden yang telah mengisi *pre-test*, maka dilakukan pengkategorian

hasil data *pre-test* menggunakan rumus pengkategorian Azwar yang dibantu dengan aplikasi *microsoft excel*. Adapun, kriteria kategorisasi sebagai berikut:

Tabel 4.2 Kriteria Kategorisasi

| Kriteria | Interval                   |
|----------|----------------------------|
| Rendah   | $X < 79,0574$              |
| Sedang   | $79,0574 \leq X < 119,748$ |
| Tinggi   | $X > 119,748$              |

Berdasarkan tabel 4.2 menunjukkan kriteria kategorisasi bahwa jika skor nilai total *pre-test* kurang dari 79,0574 maka responden tersebut masuk pada kriteria rendah, jika skor nilai total *pre-test* berada diantara nilai 79,0574 dan nilai 119,748 maka responden tersebut masuk pada kriteria sedang, dan jika skor nilai total *pre-test* lebih besar dari 119,748 maka responden tersebut masuk pada kategori tinggi. Berikut pengkategorian dan persentase (%) hasil data *pre-test* dari 77 responden yang merupakan siswa-siswi kelas 12 UPT SMA Negeri 1 Pinrang.

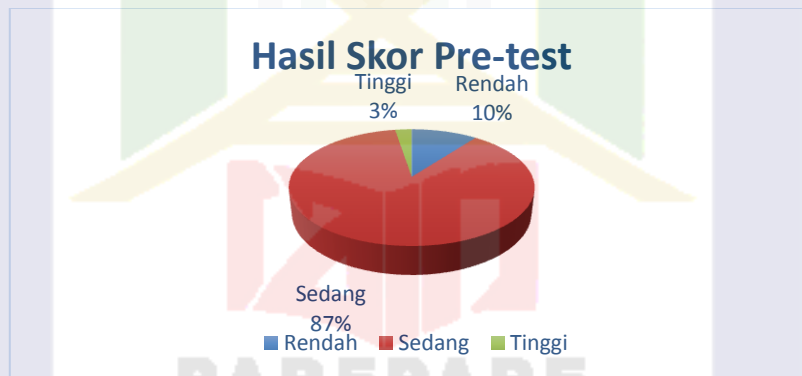
Tabel 4.3 Kriteria Responden

| No. | Subjek                       | Kelas | Skor | Kriteria |
|-----|------------------------------|-------|------|----------|
| 1.  | A. Sul Fhatir Munasri        | XII.A | 115  | Sedang   |
| 2.  | Airin Surya Gosal            | XII.A | 115  | Sedang   |
| 3.  | Alia                         | XII.A | 108  | Sedang   |
| 4.  | Marcel Dwi Putra Johan       | XII.A | 111  | Sedang   |
| 5.  | Rifqah Arbayani Imran        | XII.A | 120  | Tinggi   |
| 6.  | St. Annabiyah Nurbazaat      | XII.A | 104  | Sedang   |
| 7.  | A. Nadya Dwi Ananda          | XII.B | 98   | Sedang   |
| 8.  | Andi Nur Halizah Hartono     | XII.B | 114  | Sedang   |
| 9.  | Nurul Azizah                 | XII.B | 102  | Sedang   |
| 10. | Ulvaniswa Suparmin           | XII.B | 101  | Sedang   |
| 11. | Andi Keilha Faradillah Nawir | XII.A | 107  | Sedang   |

|     |                          |       |     |        |
|-----|--------------------------|-------|-----|--------|
| 12. | Anggita Sri Chantika     | XII.A | 96  | Sedang |
| 13. | Helma Lia Putri          | XII.A | 95  | Sedang |
| 14. | Kayla Arsyka Aqsa        | XII.A | 119 | Sedang |
| 15. | Khusnul Khotimah         | XII.A | 102 | Sedang |
| 16. | Najmi Indriaclara Azzita | XII.A | 94  | Sedang |
| 17. | Nur Alisyah Hadriana     | XII.A | 113 | Sedang |
| 18. | Nur Syafika Sofyan       | XII.A | 95  | Sedang |
| 19. | St.Khairun Nisa          | XII.A | 93  | Sedang |
| 20. | Syarifah Zahrah Attaufan | XII.A | 103 | Sedang |
| 21. | Wal Ashri Muhammad       | XII.A | 113 | Sedang |
| 22. | Zaskia Dian Pratiwi      | XII.A | 94  | Sedang |
| 23. | Zefaniya Putri Elprina   | XII.A | 96  | Sedang |
| 24. | Zulfikri M               | XII.A | 102 | Sedang |
| 25. | Adelin Indah Clara       | XII.B | 106 | Sedang |
| 26. | Ibrani Rudolf            | XII.B | 113 | Sedang |
| 27. | Tsara Nur Inayah         | XII.B | 115 | Sedang |
| 28. | Agres Mulfi Febriana     | XII.B | 98  | Sedang |
| 29. | Andi Farda Asri          | XII.B | 120 | Tinggi |
| 30. | Putri Balqish            | XII.B | 99  | Sedang |
| 31. | Nurhaliza Habir          | XII.B | 104 | Sedang |
| 32. | Anggi Paramita           | XII.B | 102 | Sedang |
| 33. | Anisa Irsani             | XII.B | 102 | Sedang |
| 34. | Muh Arya Putra Gemilang  | XII.B | 106 | Sedang |
| 35. | Muh.Fatur Rahman         | XII.B | 108 | Sedang |
| 36. | Nur Afiqah               | XII.B | 112 | Sedang |
| 37. | Nopia                    | XII.B | 102 | Sedang |
| 38. | Aziera Raisra            | XII.B | 109 | Sedang |

|     |                                 |       |     |        |
|-----|---------------------------------|-------|-----|--------|
| 39. | Andi Afifah Putri S             | XII.A | 106 | Sedang |
| 40. | Muhammad Reivan                 | XII.A | 98  | Sedang |
| 41. | Nayla Alfi                      | XII.A | 112 | Sedang |
| 42. | Nursyawaliah                    | XII.A | 105 | Sedang |
| 43. | Alviany Anggita Maharani Muslim | XII.B | 107 | Sedang |
| 44. | Miftah Yasari Djafar            | XII.B | 106 | Sedang |
| 45. | Muh.Agung Triputra              | XII.B | 105 | Sedang |
| 46. | Nurfadillah Akib                | XII.B | 110 | Sedang |
| 47. | A.Atika Fikriyyah Budaya        | XII.I | 108 | Sedang |
| 48. | Aulia Shakira                   | XII.K | 106 | Sedang |
| 49. | Dia Ayu Madani                  | XII.K | 102 | Sedang |
| 50. | Jaqlyn Ratu Saransal            | XII.I | 107 | Sedang |
| 51. | Khalizah Mustasya Putri Rizani  | XII.K | 112 | Sedang |
| 52. | Muh. Afdar Rudi                 | XII.I | 109 | Sedang |
| 53. | Naufal Yudi Mulyadi             | XII.K | 105 | Sedang |
| 54. | Rahma Maulina Syamsul           | XII.K | 111 | Sedang |
| 55. | Sazkia S                        | XII.I | 114 | Sedang |
| 56. | Sri Mughni                      | XII.I | 110 | Sedang |
| 57. | Surgandi Gaffar                 | XII.K | 105 | Sedang |
| 58. | Zahra Safira                    | XII.K | 109 | Sedang |
| 59. | A. Ahmad Fauzan Ihsan           | XII.I | 106 | Sedang |
| 60. | Ade Anjani Salsabila            | XII.I | 110 | Sedang |
| 61. | Andi Nur Sugiratu Kuru          | XII.K | 107 | Sedang |
| 62. | Aura Syifa                      | XII.I | 106 | Sedang |
| 63. | Figel                           | XII.I | 98  | Sedang |
| 64. | Hilda Mutya Safitra             | XII.K | 106 | Sedang |
| 65. | Irmayani Abd. Kadir             | XII.I | 108 | Sedang |

|     |                       |       |     |        |
|-----|-----------------------|-------|-----|--------|
| 66. | Maya Estyanti         | XII.I | 108 | Sedang |
| 67. | Nur Aliya             | XII.K | 104 | Sedang |
| 68. | Rahmat Rasya          | XII.I | 101 | Sedang |
| 69. | Siti Nuryani Muhtahir | XII.I | 105 | Sedang |
| 70. | Abid Faqih            | XII.K | 42  | Rendah |
| 71. | Revan                 | XII.K | 37  | Rendah |
| 72. | Satrio                | XII.B | 44  | Rendah |
| 73. | Aufa Nur Zahim        | XII.K | 45  | Rendah |
| 74. | Sakila Putri N        | XII.I | 47  | Rendah |
| 75. | Hikmah                | XII.K | 39  | Rendah |
| 76. | Andi Syafira          | XII.K | 45  | Rendah |
| 77. | Randi                 | XII.K | 43  | Rendah |



Gambar 4.1 Kriteria Responden Berdasarkan Hasil Skor *Pre-test*

Berdasarkan tabel 4.3 dan gambar 4.1 menunjukkan bahwa kriteria responden pada hasil skor *pre-test* yaitu 3% kategori tinggi, 87% kategori sedang, dan 10% kategori rendah. Sehingga, frekuensinya dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.4 Frekuensi Kriteria Responden

| Kategori | Frekuensi | Percent (%) |
|----------|-----------|-------------|
| Rendah   | 8         | 10          |
| Sedang   | 67        | 87          |

|           |   |     |
|-----------|---|-----|
| Tinggi    | 2 | 3   |
| Total: 77 |   | 100 |

Berdasarkan tabel 4.4 menunjukkan bahwa responden dengan kategori rendah berjumlah 8 orang, responden dengan kategori sedang berjumlah 67 orang, dan responden dengan kategori tinggi berjumlah 2 orang.

## 2. Deskripsi Pelatihan *Problem Focused Coping*

Tabel 4.5 Modul Pelatihan *Problem Focused Coping*

| Informasi Umum           |                         |                                                    |                            |
|--------------------------|-------------------------|----------------------------------------------------|----------------------------|
| <b>Jenis Eksperimen</b>  | :                       | Pelatihan <i>Problem Focused Coping</i>            |                            |
| <b>Metode</b>            | :                       | Bimbingan, diskusi, dan pengisian <i>worksheet</i> |                            |
| <b>Pelaksanaan</b>       | :                       | Senin – Kamis / 9-19 Desember 2024                 |                            |
| <b>Lokasi</b>            | :                       | UPT SMA N 1 Pinrang                                |                            |
| <b>Trainer</b>           | :                       | Indrayani, S.Pd.,Gr                                |                            |
| <b>Peserta Pelatihan</b> | <b>Nama</b>             | <b>Kelas</b>                                       | <b>Skor Pretest</b>        |
|                          | Satrio                  | XII B                                              | 42                         |
|                          | Sakila Putri N          | XII I                                              | 37                         |
|                          | Abid Faqih              | XII K                                              | 44                         |
|                          | Aufa Nur Zahim          | XII K                                              | 45                         |
|                          | Revan                   | XII K                                              | 47                         |
|                          | Hikmah                  | XII K                                              | 39                         |
|                          | Andi Syafira            | XII K                                              | 45                         |
|                          | Randi                   | XII K                                              | 43                         |
| <b>Tahapan Pelatihan</b> | <b>Exercise Caution</b> | <b>Negotiation</b>                                 | <b>Instrumental Action</b> |
|                          | Kontrol Diri            | Mencari Pendapat                                   | Mengetahui masalah belajar |

|  |  |  |                                                                    |
|--|--|--|--------------------------------------------------------------------|
|  |  |  | dan solusi penyelesaiannya serta mengimplementasi rencana tindakan |
|--|--|--|--------------------------------------------------------------------|

Sumber: Modul Pelatihan *Problem Focused Coping* Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Pada Siswa. Disusun Oleh Juria Dewi 19.3200.028

Berdasarkan tabel 4.5 memaparkan informasi umum terkait pelatihan *problem focused coping* sebagai variabel independen yang mempengaruhi motivasi belajar siswa sebagai variabel dependen. Pelatihan *problem focused coping* dengan metode bimbingan, diskusi dan pengisian *worksheet* dilaksanakan pada Hari Senin sampai Hari Kamis atau tanggal 9 sampai 19 Desember 2024 bertepatan di UPT SMA N 1 Pinrang yang difasilitasi oleh Ibu Indrayani, S.Pd.,Gr sebagai trainer. Peserta pelatihan terdiri dari 1 siswa kelas 12 B yaitu Satrio, 1 siswa kelas 12 I yaitu Sakila Putri N, dan 6 siswa kelas 12 K yaitu Abid Faqih, Aufa Nur Zahim, Revan, Hikmah, Andi Syafira, dan Randi. Adapun tiga tahapan pelatihan yang dilakukan yaitu *exercise caution*, *negotiation*, dan *instrumental action*. Hasil dari tahapan pelatihan yang telah diikuti oleh peserta pelatihan berdasarkan *worksheet* yang telah diisi sebagai berikut:

**a. *Exercise Caution***

*Exercise caution* merupakan tahapan trainer memaparkan materi kepada peserta mengenai bagaimana cara-cara mengembangkan kemampuan untuk mengendalikan diri dengan mengenali hal-hal yang berada di dalam kendali diri dan di luar kendali diri sebagai tahap agar peserta sadar dan paham kondisi yang ada di lingkungan sekitarnya. Selain itu, pada tahap ini trainer mengarahkan peserta untuk mencari orang yang dapat dipercaya dan kompeten dalam membantu memberikan solusi ketika menghadapi masalah belajar yang mengakibatkan rendahnya motivasi belajar. Berikut pengisian *worksheet* sebagai evaluasi setelah menerima materi:

Nama: *Satrio* Kelas: *XII.B*

### Kontrol Diri

Pemahaman dan perasaanku setelah menerima materi

*Saya senang karna mendapat Pemahaman baru*

Hari ini aku telah belajar

*Membedakan Sesuatu yang dapat di - kontrol dan tidak*

Hal-hal yang dapat kukendalikan

*keseimbangan motor badan*

Hal-hal yang tidak dapat kukendalikan

*cuaca orang lain*

Gambar 4.2. Worksheet Kontrol Diri Satrio Kelas 12B

Nama: *Sakila Putri N* Kelas: *XII.L*

### Kontrol Diri

Pemahaman dan perasaanku setelah menerima materi

Hari ini aku telah belajar

Hal-hal yang dapat kukendalikan

- emosi
- suasana hati
- kecemasan

Hal-hal yang tidak dapat kukendalikan

- nangis
- penyakit kambuh
- ~~mengantuk~~
- mengantuk

Gambar 4.3. Worksheet Kontrol Diri Sakila Putri N Kelas 12I

Berdasarkan gambar 4.2 *worksheet* kontrol diri oleh Satrio kelas 12B menuliskan pada bagian pemahaman dan perasaanku setelah menerima materi “*saya senang karna mendapat pemahaman baru*”, pada bagian hari ini aku telah belajar membedakan sesuatu yang dapat dikontrol dan tidak, pada bagian hal-hal yang dapat kukendalikan “*keseimbangan motor badan*”, dan pada bagian hal-hal yang tidak dapat kukendalikan “*cuaca, orang lain*”. Pada tahap kontrol diri, Satrio telah memahami hal-hal yang dapat dikendalikan dan tidak dapat dikendalikan. Adapun maksud “*keseimbangan motor badan*” merupakan salah satu contoh dari perilaku yang dapat ia terapkan dan pahami. Namun, bagi peneliti jawaban tersebut belum memiliki relevansi dengan motivasi belajar.

Berdasarkan gambar 4.3 *worksheet* kontrol diri oleh Sakila Putri N kelas 12I menuliskan pada bagian hal-hal yang dapat kukendalikan “*emosi*,

suasana hati, kecemasan” dan pada bagian hal-hal yang tidak dapat kukendalikan “nangis, penyakit kambuh dan mengantuk”. Pada tahap kontrol diri, Sakila Putri N belum sepenuhnya memahami hal-hal yang dapat ia kendalikan dan tidak dapat ia kendalikan. Hal tersebut dapat dilihat pada saat ia menuliskan jawaban “nangis, penyakit kambuh dan mengantuk”. Bagi trainer dan peneliti, jawaban “nangis, penyakit kambuh dan mengantuk” merupakan bagian dari hal-hal yang dapat dikendalikan karena sifatnya internal.

Nama: Abid Faqih Kelas: XII-K

### Kontrol Diri

Pemahaman dan perasaanku setelah menerima materi

Bersyukur

Hari ini aku telah belajar

Membedakan hal-hal yang dapat dikontrol dan tidak

Hal-hal yang dapat kukendalikan

- Tingkah laku
- Amarah
- Pikiran

Hal-hal yang tidak dapat kukendalikan

- Cuaca
- musibah
- bencana alam

Gambar 4.4. Worksheet Kontrol Diri Abid Faqih Kelas 12K

Nama: Aufa Nur Zahim Kelas: XII-K

### Kontrol Diri

Pemahaman dan perasaanku setelah menerima materi

Bahagia

Hari ini aku telah belajar

Sesuatu yang dapat kita kontrol

Hal-hal yang dapat kukendalikan

- Emosi
- Kermalasan
- Keputusan
- Kesehatan

Hal-hal yang tidak dapat kukendalikan

- Cuaca
- Perasaan orang lain
- Penyakit

Gambar 4.5. Worksheet Kontrol Diri Aufa Nur Zahim Kelas 12K

Berdasarkan gambar 4.4 worksheet kontrol diri oleh Abid Faqih kelas 12K menuliskan pada bagian pemahaman dan perasaanku setelah menerima materi “bersyukur”, pada bagian hari ini aku telah belajar “membedakan hal-hal yang dapat dikontrol dan tidak, pada bagian hal-hal yang dapat kukendalikan “tingkah laku, amarah, pikiran”, pada bagian hal-hal yang

tidak dapat dikendalikan “*cuaca, musibah, bencana alam*”. Pada tahap kontrol diri Abdi Faqih, peneliti menyimpulkan bahwa ia telah memahami tahap ini, hal tersebut terbukti berdasarkan contoh yang tuliskan pada *worksheet*. Jawaban “*tingkah laku, amarah, pikiran*” merupakan hal-hal yang dapat dikendalikan karena sifatnya internal dan jawaban “*cuaca, musibah, bencana alam*” merupakan hal-hal yang tidak dapat dikendalikan karena sifatnya eksternal.

Berdasarkan gambar 4.5 *worksheet* kontrol diri oleh Aufa Nur Zahim kelas 12K menuliskan pada bagian pemahaman dan perasaanku setelah menerima materi “*bahagia*”, pada bagian hari ini aku telah belajar “*sesuatu yang dapat kita kontrol*”, pada bagian hal-hal yang dapat dikendalikan “*emosi, kemalasan, keputusan, kesehatan*”, pada bagian hal-hal yang tidak dapat dikendalikan “*cuaca, perasaan orang lain, penyakit*”. Sehingga dari pengisian *worksheet* yang dilakukan, ia telah memahami dan membedakan hal-hal yang dapat dikontrol dan hal-hal yang tidak dapat dikontrol.

Nama: Revan Kelas: XII.K

### Kontrol Diri

Pemahaman dan perasaan setelah menerima materi  
Senang dan mengerti

Hari ini aku telah belajar  
Mengontrol diri

Hal-hal yang dapat kukendalikan  
Emosi  
Pikiran yang jelek  
Motor  
Badan

Hal-hal yang tidak dapat kukendalikan  
Orang yang banyak  
Cuaca  
Barang yang jatuh

Gambar 4.6. Worksheet Kontrol Diri Revan Kelas 12K

Nama: Hikmah Kelas: XII.K

### Kontrol Diri

Pemahaman dan perasaan setelah menerima materi  
Menyenangkan

Hari ini aku telah belajar  
Kontrol diri

Hal-hal yang dapat kukendalikan  
Emosi: saya,  
keputusan,  
tingkah dan  
Pikiran

Hal-hal yang tidak dapat kukendalikan  
Pikiran org lain,  
Cinta, dan  
rasa

Gambar 4.7. Worksheet Kontrol Diri Hikmah Kelas 12K

Berdasarkan gambar 4.6 worksheet kontrol diri oleh Revan kelas 12K menuliskan pada bagian pemahaman dan perasaan setelah menerima materi “*senang dan mengerti*”, pada bagian hari ini aku telah belajar “*mengontrol diri*”, pada bagian hal-hal yang dapat kukendalikan “*emosi, pikiran yang jelek, motor, badan*”, pada bagian hal-hal yang tidak dapat kukendalikan “*orang yang banyak, cuaca, barang yang jatuh*”. Pada tahap kontrol diri, Revan belum memahami sepenuhnya hal-hal yang dapat ia kendalikan dan tidak dapat ia kendalikan. Hal tersebut terlihat pada saat ia menuliskan jawaban “*barang yang jatuh*”. Jika “*barang yang jatuh*” yang dimaksud adalah barang orang lain berarti jawaban tersebut sesuai, namun jika “*barang yang jatuh*” adalah milik sendiri, hal tersebut bagian dari hal-hal yang bisa dikendalikan, karena barang yang merupakan milik sendiri adalah tanggung jawab pribadi yang bersifat internal.

Berdasarkan gambar 4.7 *worksheet* kontrol diri oleh Hikmah kelas 12K menuliskan pada bagian pemahaman dan perasaanku setelah menerima materi “*menyenangkan*”, pada bagian hari ini aku telah belajar “*kontrol diri*”, pada bagian hal-hal yang dapat kukendalikan “*emosi saya, keputusan, tingkah dan pikiran*”, pada bagian hal-hal yang tidak dapat kukendalikan “*pikiran orang lain, cinta dan rasa*”. Pada tahap kontrol diri, Hikmah masih telah memahami hal-hal yang dapat dikontrol dan tidak dapat dikontrol. Memperjelas jawaban yang ia tuliskan terkait “*cinta dan rasa*”, hal tersebut merupakan contoh perasaan orang lain, dan perasaan orang lain bersifat eksternal yang tidak dapat dikendalikan.

Nama: Andi Syafira Kelas: XII.K

### Kontrol Diri

Pemahaman dan perasaanku setelah menerima materi

Mengerti dan senang

Hari ini aku telah belajar

Membedakan hal yang dapat dikontrol dan tidak dapat dikontrol

Hal-hal yang dapat kukendalikan

- Emosi
- Perilaku
- Pikiran

Hal-hal yang tidak dapat kukendalikan

- Cuaca
- Perasaan Orang lain
- Penyakit

Gambar 4.8. *Worksheet* Kontrol Diri Andi Syafira Kelas 12K

Nama: Randi Kelas: XII.K

### Kontrol Diri

Pemahaman dan perasaanku setelah menerima materi

Tercerahkan

Hari ini aku telah belajar

Sesuatu yang dapat dikontrol

Hal-hal yang dapat kukendalikan

- Emosi
- Perilaku diri sendiri
- diri sendiri

Hal-hal yang tidak dapat kukendalikan

- Cuaca
- Perilaku orang lain
- kemacetan

Gambar 4.9. *Worksheet* Kontrol Diri Randi Kelas 12K

Berdasarkan gambar 4.8 *worksheet* kontrol diri oleh Andi Syafira menuliskan pada bagian pemahaman dan perasaanku setelah menerima materi “*mengerti dan senang*”, pada bagian hari ini aku telah belajar

*“membedakan hal yang dapat dikontrol dan tidak dapat dikontrol”*, pada bagian hal-hal yang dapat kukendalikan *“emosi, perilaku, pikiran”*, pada bagian hal-hal yang tidak dapat kukendalikan *“cuaca, perasaan orang lain, penyakit”*. Pada tahap kontrol diri, Andi Syafira telah memahami sepenuhnya terkait hal-hal yang dapat ia kendalikan dan tidak dapat dikendalikan karena ia telah mampu membedakan sesuatu yang sifatnya internal maupun eksternal.

Berdasarkan gambar 4.9 *worksheet* kontrol diri oleh Randi kelas 12K menuliskan pada bagian pemahaman dan perasaanku setelah menerima materi *“tercerahkan”*, pada bagian hari ini aku telah belajar *“sesuatu yang dapat dikontrol”*, pada bagian hal-hal yang dapat kukendalikan *“emosi, perilaku diri sendiri, diri sendiri”*, pada bagian hal-hal yang tidak dapat kukendalikan *“cuaca, perilaku orang lain, kemacetan”*. Pada tahap kontrol diri, Randi telah memahami hal-hal yang dapat dikendalikan dan tidak dapat dikendalikan. Sama halnya dengan Andi Syafira, ia telah memiliki pemahaman, memberikan dan menuliskan contoh-contoh yang sifatnya internal atau sesuatu yang dapat dikendalikan oleh diri sendiri maupun eksternal atau sesuatu yang berada diluar kendali diri sendiri.

Nama : Satrio Kelas : XII-B

**MENCARI PENDAPAT**  
ISILAH PERNYATAAN BERIKUT!

1. Ketika mendapat masalah, saya akan bercerita kepada  
teman

2. Saya yakin dengannya, karena  
karena dia dapat menerangkannya dengan jelas, dan dapat dimengerti

Nama : Sakila Putri N Kelas : XII-L

**MENCARI PENDAPAT**  
ISILAH PERNYATAAN BERIKUT!

1. Ketika mendapat masalah, saya akan bercerita kepada  
Orang tua

2. Saya yakin dengannya, karena  
Segala sesuatu yang diberikan oleh orang tua adalah yang terbaik untuk anaknya.

Gambar 4.10. *Worksheet* Mencari Pendapat Satrio Kelas 12B

Gambar 4.11. *Worksheet* Mencari Pendapat Sakila Putri N Kelas 12I

Berdasarkan gambar 4.10 *worksheet* mencari pendapat oleh Satrio kelas 12B menuliskan pada bagian ketika mendapat masalah saya akan bercerita kepada “*teman*”, pada bagian saya yakin dengannya karena “*karena dia dapat menerangkannya dengan jelas dan dapat dimengerti*”. Pada tahap mencari pendapat, Satrio lebih percaya kepada teman dikarenakan hal-hal yang dikatakan oleh temannya mampu membuatnya lebih mengerti

Berdasarkan gambar 4.11 *worksheet* mencari pendapat oleh Sakila Putri N kelas 12I menuliskan pada bagian ketika mendapat masalah saya akan bercerita kepada “*orang tua*”, pada bagian saya yakin dengannya karena “*segala sesuatu yang diberikan oleh orangtua adalah yang terbaik untuk anaknya*”. Pada tahap mencari pendapat, Sakila Putri N lebih percaya kepada orangtua. Ia meyakini bahwa orangtua akan memberikan saran dan solusi yang terbaik jika mendapat masalah.

Nama: Abid Faqih Kelas: XII.K

**MENCARI PENDAPAT**  
ISILAH PERNYATAAN BERIKUT!

1. Ketika mendapat masalah, saya akan bercerita kepada  
Orang tua saya
2. Saya yakin dengannya, karena  
Saya yakin, karena setiap orang tua pasti ingin yang terbaik untuk anaknya, jadi ketika menerima pendapat, orang tua pasti memberikan solusi yang terbaik untuk anaknya.

Gambar 4.12. Worksheet Mencari Pendapat Abid Faqih Kelas 12K

Nama: Aufa Nur Z Kelas: XII.K

**MENCARI PENDAPAT**  
ISILAH PERNYATAAN BERIKUT!

1. Ketika mendapat masalah, saya akan bercerita kepada  
Keluarga dan Orang tua
2. Saya yakin dengannya, karena  
Saya percaya 100 % dengan mereka

Gambar 4.13. Worksheet Mencari Pendapat Aufa Nur Zahim Kelas 12K

Berdasarkan gambar 4.12 worksheet mencari pendapat oleh Abid Faqih kelas 12K menuliskan pada bagian ketika mendapat masalah saya akan bercerita kepada “*orang tua saya*”, pada bagian saya yakin dengannya karena “*saya yakin karena setiap orang tua pasti ingin yang terbaik untuk anaknya, jadi ketika menerima pendapat, orang tua pasti memberikan solusi yang terbaik untuk anaknya*”. Pada tahap mencari pendapat, Abid Faqih lebih percaya kepada orang tua. Ia meyakini bahwa orang tua pasti memberikan yang terbaik kepada anaknya, baik itu pendapat maupun solusi.

Berdasarkan gambar 4.13 worksheet mencari pendapat oleh Aufa Nur Zahim kelas 12K menuliskan pada bagian ketika mendapat masalah saya akan bercerita kepada “*keluarga dan orang tua*”, pada bagian saya yakin dengannya karena “*saya percaya 100% dengan mereka*”. Pada tahap mencari

pendapat, Aufa Nur Zahim juga lebih percaya kepada orangtua dan keluarga. Ia tidak menuliskan alasannya secara detail tetapi kepercayaan sudah 100% diberikan kepada mereka.

**Worksheet 1 (Left):**  
 Nama: Revan Kelas: XII-K  
**MENCARI PENDAPAT**  
 ISILAH PERNYATAAN BERIKUT!  
 1. Ketika mendapat masalah, saya akan bercerita kepada  
Teman dekat, orang tua  
 2. Saya yakin dengannya, karena  
Mereka yang bisa memberi saya pendapat ketika mengalami masalah  
mereka juga yang saya percayai.

**Worksheet 2 (Right):**  
 Nama: Hikmah Kelas: XII-K  
**MENCARI PENDAPAT**  
 ISILAH PERNYATAAN BERIKUT!  
 1. Ketika mendapat masalah, saya akan bercerita kepada  
Orang tua  
 2. Saya yakin dengannya, karena  
orang tua tdk pernah membandingkan masalahnya dgn kita

Gambar 4.14. Worksheet Mencari Pendapat Revan Kelas 12K  
 Gambar 4.15. Worksheet Mencari Pendapat Hikmah Kelas 12K

Berdasarkan gambar 4.14 worksheet mencari pendapat oleh Revan kelas 12K menuliskan pada bagian ketika mendapat masalah saya akan bercerita kepada “teman dekat, orang tua”, pada bagian saya yakin dengannya karena “mereka yang bisa memberi saya pendapat ketika mengalami masalah, mereka juga yang saya percayai”. Pada tahap mencari pendapat, Revan akan memilih bercerita kepada teman terdekat dan juga orang tua jika mendapatkan masalah. Ia percaya bahwa teman dekat dan orangtua mampu memberi pendapat yang solutif.

Berdasarkan gambar 4.15 worksheet mencari pendapat oleh Hikmah kelas 12K menuliskan pada bagian ketika mendapat masalah saya akan

bercerita kepada “orang tua”, pada bagian saya yakin dengannya karena “orangtua tidak pernah membandingkan masalahnya dengan kita”. Pada tahap mencari pendapat, Hikmah akan memilih bercerita kepada orangtua jika mendapat masalah. Alasan Hikmah sederhana, karena orang tua Hikmah tidak pernah membedakan masalah yang orang tua alami dengan masalah yang anak alami.

Nama: Andi Syafira Kelas: XII-k

**MENCARI PENDAPAT**  
ISILAH PERNYATAAN BERIKUT!

1. Ketika mendapat masalah, saya akan bercerita kepada  
Orang tua / keluarga

2. Saya yakin dengannya, karena yang  
Percaya bisa memberikan solusi terbaik

Gambar 4.16. Worksheet Mencari Pendapat Gambar 4.17. Worksheet Mencari Pendapat  
Andi Syafira Kelas 12K Randy Kelas 12K

Nama: Randy Kelas: XII-k

**MENCARI PENDAPAT**  
ISILAH PERNYATAAN BERIKUT!

1. Ketika mendapat masalah, saya akan bercerita kepada  
teman

2. Saya yakin dengannya, karena  
karena ketika menemukannya atau meminta  
Pendapat selalu memberikan solusi  
yang pas dan masuk akal.

Berdasarkan gambar 4.16 worksheet mencari pendapat oleh Andi Syafira kelas 12K menuliskan pada bagian ketika mendapat masalah saya akan bercerita kepada “orang tua/keluarga”, pada bagian saya yakin dengannya karena “percaya bisa memberi solusi yang terbaik”. Pada tahap mencari pendapat, Andi Syaira memilih bercerita kepada orang tua dan keluarga jika mendapat masalah. Kepercayaan tersebut didapatkan karena baginya orang tua dan keluarga merupakan pemberi solusi yang terbaik.

Berdasarkan gambar 4.17 *worksheet* mencari pendapat oleh Randi kelas 12K menuliskan pada bagian ketika mendapat masalah saya akan bercerita kepada “*temen*”, pada bagian saya yakin dengannya karena “*karena ketika membicarakan atau meminta pendapat selalu memberikan solusi yang pas dan masuk akal*”. Pada tahap mencari pendapat, Randi akan memilih bercerita kepada teman jika mendapatkan sebuah masalah. Randi meyakini bahwa teman mampu memberi pendapat dan solusi yang pas dan masuk akal.

#### b. Negotiation

Negotiation atau negosiasi merupakan tahapan trainer memberi edukasi kepada peserta terkait skala prioritas. Materi tersebut diberikan agar peserta mampu mengidentifikasi masalah belajar yang dialami dan menemukan solusi permasalahannya bersama orang yang dipercaya mampu memberikan solusi. Tahap ini adalah lanjutan dari tahap *exercise caution*, yang mana peserta mampu memahami akar permasalahan belajar yang dialami. Berikut pengisian *worksheet* sebagai evaluasi setelah menerima materi:

Nama: Satrio  
Kelas: XII-B

Tuliskan jenis masalah yang kamu alami beserta solusi yang akan kamu lakukan

| Masalah                               | Solusi                                      |
|---------------------------------------|---------------------------------------------|
| Susah menangkap yang diterangkan guru | agar memperoleh lagi cara menangkap         |
| Waktu                                 | Solusinya adalah waktu                      |
| Susah menangkap karena perut buncit   | menarikkan perut yang lapar; makan ke rumah |

Gambar 4.18. *Worksheet* Identifikasi Masalah Satrio Kelas 12B

Berdasarkan gambar 4.18 *worksheet* identifikasi masalah oleh Satrio kelas 12B menuliskan pada bagian masalah “*susah menangkap yang diterangkan guru*” solusinya “*agar memperjelas lagi cara menjelaskannya*”, pada bagian masalah “*mengantuk*”, solusinya “*solusinya adalah mencuci muka*”, pada bagian masalah “*susah menangkap pelajaran karna perut bunyi*”, solusinya “*membiarkan murid yang lapar pergi makan ke kantin*”. Pada tahap menuliskan masalah dan alternatif solusi, Satrio memiliki tiga prioritas masalah kondisi belajar. Ketika susah memahami pelajaran yang diterangkan oleh guru, ia akan meminta guru untuk memperjelas kembali terkait yang telah disampaikan, jika ia mengantuk maka ia akan memilih untuk izin keluar kelas mencuci muka agar kembali segar dan fokus, serta jika ia lapar saat proses belajar, ia ingin agar dibiarkan keluar untuk makan. Tetapi bagi peneliti, solusi tersebut bukan hal yang tepat karena waktunya belajar akan tidak maksimal. Sebaiknya sebelum mengikuti proses belajar, siswa sarapan terlebih dahulu.

Nama: Sakila Putri Ningsih  
Kelas: XII.1

Tuliskan jenis masalah yang kamu alami beserta solusi yang akan kamu lakukan

| Masalah                    | Solusi            |
|----------------------------|-------------------|
| - menangkap ketika belajar | - cuci muka/makan |
| - mudah Bosan              | - main hp         |
|                            |                   |

Gambar 4.19. *Worksheet* Identifikasi Masalah Sakila Putri N Kelas 12I

Nama: Abid Faqih  
Kelas: XII.1

Tuliskan jenis masalah yang kamu alami beserta solusi yang akan kamu lakukan

| Masalah                                   | Solusi                                                                     |
|-------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|
| Malas mengerjakan tugas Sekolah di rumah. | meminta dengan orang tua untuk mengingatkan bahwa saya punya tugas sekolah |
| Tidak cocok dengan cara mengajar gurunya  | Mengesaukan diri                                                           |
|                                           |                                                                            |

Gambar 4.20. *Worksheet* Identifikasi Masalah Abid Faqih Kelas 12K

Berdasarkan gambar 4.19 *worksheet* identifikasi masalah oleh Sakila Putri N kelas 12I menuliskan pada bagian masalah “*mengantuk ketika belajar*” solusinya “*cuci muka/makan*”, pada bagian masalah “*mudah bosan*”, solusinya “*main hp*”. Pada tahap menuliskan masalah dan alternatif solusi, Sakila Putri N memiliki dua prioritas masalah kondisi belajar. Pertama, ketika ia mengantuk saat belajar maka ia akan memilih untuk izin mencuci muka. Kedua, ketika ia bosan terhadap proses belajar, ia akan memilih untuk main. Bagi peneliti, solusi main hp ketika bosan belajar bukan hal yang tepat, karena main hp akan mengulur waktu dan mengakibatkan siswa tidak fokus lagi terhadap pelajaran yang disampaikan oleh guru. Sebaiknya, seorang guru mengisi pembelajaran dengan melakukan praktek yang memiliki relevansi dengan materi yang diajarkan atau memberi *ice breaking* kepada siswa agar tidak bosan ketika mengikuti pembelajaran.

Berdasarkan gambar 4.20 *worksheet* identifikasi masalah oleh Abid Faqih kelas 12K menuliskan pada bagian masalah “*malas mengerjakan tugas sekolah di rumah*” solusinya “*meminta dengan orangtua untuk mengingatkan bahwa saya punya tugas sekolah*”, pada bagian masalah “*tidak cocok dengan cara mengajar gurunya*”, solusinya “*menyesuaikan diri*”. Pada tahap menuliskan masalah dan alternatif solusi, Abid Faqih memiliki dua prioritas masalah kondisi belajar. Pertama, ia malas untuk mengerjakan PR sehingga sering lalai dan lupa, karena masalah tersebut, ia akan memberitahukan kepada orangtuanya agar diingatkan kembali. Kedua, ia juga merasa sering tidak cocok dengan cara mengajar yang diberikan oleh guru, karena masalah

tersebut, ia akan memilih untuk tetap belajar dan menyesuaikan, hal tersebut sebagai bentuk menghargai guru yang masuk saat memberikan pelajaran.

Nama: Aufa Nur Zahim  
Kelas: 12K

Tuliskan jenis masalah yang kamu alami beserta solusi yang akan kamu lakukan

| Masalah                                | Solusi                                       |
|----------------------------------------|----------------------------------------------|
| Malas                                  | Berusaha keluar dari zona nyaman             |
| Cepat ngantuk                          | Memperbaiki tidur dengan tidur yang maksimal |
| Cepat lupa dalam menaruh barang-barang | lebih hati-hati lagi                         |

Gambar 4.21. *Worksheet* Identifikasi Masalah Aufa Nur Zahim Kelas 12K

Nama: Revan  
Kelas: 12K

Tuliskan jenis masalah yang kamu alami beserta solusi yang akan kamu lakukan

| Masalah                                | Solusi                                          |
|----------------------------------------|-------------------------------------------------|
| Mengundi dalam pembelajaran            | Ken ke guru untuk keluar sebentar dari kelas    |
| Tidak paham pada materi yang diberikan | Berg. Beranya ke teman yang paham dengan materi |
| Bangun pagi kesedih                    | Minta tolong kepada orang tua untuk dibangunkan |

Gambar 4.22. *Worksheet* Identifikasi Masalah Revan Kelas 12K

Berdasarkan gambar 4.21 *worksheet* identifikasi masalah oleh Aufa Nur Zahim kelas 12K menuliskan pada bagian masalah “*malas*” solusinya “*berusaha keluar dari zona nyaman*”, pada bagian masalah “*cepat ngantuk*”, solusinya “*memperbaiki tidur dengan tidur yang maksimal*”, pada bagian masalah “*cepat lupa dalam menaruh barang-barang*”, solusinya “*lebih hati-hati lagi*”. Pada tahap menuliskan masalah dan alternatif solusi, Aufa Nur Zahim memiliki tiga prioritas masalah kondisi belajar. Pertama, ia malas dalam belajar sehingga ia akan berusaha keluar dari kondisi kemalasan tersebut. Kedua, ia mudah mengantuk ketika belajar di sekolah karena kebiasaan begadang yang menjadikan kualitas tidurnya tidak optimal, menyadari hal tersebut, ia berusaha untuk memperbaiki kebiasaan tidur yang teratur dan maksimal. Ketiga, ia seringkali lupa mengingat tempat terakhir

meletakkan barang-barangnya, dengan kondisi ingatan seperti itu ia belajar untuk lebih berhati-hati agar barangnya tidak mudah tercecer.

Berdasarkan gambar 4.22 *worksheet* identifikasi masalah oleh Revan kelas 12K menuliskan pada bagian masalah “*mengantuk pada pembelajaran*” solusinya “*izin ke guru untuk keluar sebentar cuci muka*”, pada bagian masalah “*tidak paham pada materi yang diberikan*”, solusinya “*bertanya ke teman yang paham dengan materi*”, pada bagian masalah “*bangun pagi ke sekolah*”, solusinya “*minta tolong kepada orangtua untuk dibangunkan*”. Pada tahap menuliskan masalah dan alternatif solusi, Revan memiliki tiga prioritas masalah kondisi belajar. Pertama, jika ia merasa mengantuk, ia akan memilih untuk izin kepada guru untuk mencuci muka. Kedua, jika ia tidak paham dengan materi yang dijelaskan oleh guru, maka ia akan bertanya kepada teman yang telah memahami. Ketiga, ia mengalami kesulitan bangun pagi, sehingga ia akan meminta bantuan kepada orangtuanya agar dibangunkan pada awal waktu sebelum proses belajar di sekolah dimulai.

Nama: Hikmah  
Kelas: XII

Tuliskan jenis masalah yang kamu alami beserta solusi yang akan kamu lakukan

| Masalah                                                               | Solusi                                                                        |
|-----------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|
| Saya selalu mengantuk jika hendak belajar di rumah saat ingin ulangan | Solusi: saya, tidur dulu sebentar, setelah itu belajar sampai mampus          |
| Saya susah bangun ketika ingin ke sekolah                             | Solusi: saya, saya akan mengingati teman-ya selalu bercerita dan membuat tawa |
|                                                                       |                                                                               |

Gambar 4.23. *Worksheet* Identifikasi Masalah Hikmah Kelas 12K

Nama: Andi Syafira  
Kelas: XII

Tuliskan jenis masalah yang kamu alami beserta solusi yang akan kamu lakukan

| Masalah       | Solusi                            |
|---------------|-----------------------------------|
| Cepat ngantuk | Memperbaiki tidur dengan maksimal |
| Malas         | Berusaha ketar dari rasa malas    |
| Tugas Numpuk  | Mengerjakan soal tepat waktu      |

Gambar 4.24. *Worksheet* Identifikasi Masalah Andi Syafira Kelas 12K

Berdasarkan gambar 4.23 *worksheet* identifikasi masalah oleh Hikmah kelas 12K menuliskan pada bagian masalah *“saya selalu mengantuk jika hendak belajar di rumah saat ingin ulangan”* solusinya *“solusi saya, tidur dulu sebentar, setelah itu belajar sampai mampus”*, pada bagian masalah *“saya susah bangun ketika ingin ke sekolah”*, solusinya *“solusi saya, saya akan mengingat teman-teman yang selalu bercanda dan membuat tawa”*. Pada tahap menuliskan masalah dan alternatif solusi, Hikmah memiliki dua prioritas masalah kondisi belajar. Pertama, ketika belajar di rumah untuk menghadapi ujian tengah semester atau akhir semester, ia sering merasa mudah mengantuk, dengan kondisi tersebut, ia akan memilih untuk tidur beberapa waktu kedepan lalu ketika bangun ia akan melanjutkan aktivitas belajarnya. Kedua, ia juga mengalami kesulitan ketika bangun pagi, kesulitan tersebut bukan karena faktor kurang tidur tetapi faktor motivasi yang rendah untuk ke sekolah, dengan masalah tersebut, Hikmah akan berupaya mengingat kejadian-kejadian yang lucu dan berkesan dari teman-temannya untuk membuatnya termotivasi kembali agar segera berangkat ke sekolah.

Berdasarkan gambar 4.24 *worksheet* identifikasi masalah oleh Andi Syafira kelas 12K menuliskan pada bagian masalah *“cepat ngantuk”* solusinya *“memperbaiki tidur dengan maksimal”*, pada bagian masalah *“malas”*, solusinya *“berusaha keluar dari zona nyaman”*, pada bagian masalah *“tugas numpuk”*, solusinya *“mengerjakan soal tepat waktu”*. Pada tahap menuliskan masalah dan alternatif solusi, Andi Syafira memiliki tiga prioritas masalah kondisi belajar. Pertama, ia cepat mengantuk ketika belajar, sehingga ia akan berusaha memperbaiki kembali pola tidur agar lebih teratur

dan maksimal. Kedua, ia juga sering merasa malas untuk belajar, sehingga ia akan berusaha untuk menghilangkan kemalasan tersebut. Ketiga, ia sering menunda mengerjakan tugas sehingga tugas yang diberikan menumpuk, ia menyadari masalah tersebut dan berusaha untuk mengerjakan tugasnya tepat waktu.

Nama: Randi  
Kelas: XII.K

Tuliskan jenis masalah yang kamu alami beserta solusi yang akan kamu lakukan

| Masalah                       | Solusi                                                                             |
|-------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|
| Keseringan mengantuk di kelas | Keluar dari kelas untuk mencuci muka agar lebih segar                              |
| Pelajaran yang kurang menarik | harusnya sebetulnya memulai pelajaran dengan langkah permainan agar lebih semangat |
| Keributan di kelas            | harusnya para guru melarang dengan lembut agar murid tersentuh                     |

Gambar 4.25. *Worksheet* Identifikasi Masalah Randi Kelas 12K

Berdasarkan gambar 4.25 *worksheet* identifikasi masalah oleh Randi kelas 12K menuliskan pada bagian masalah “keseringan mengantuk di kelas” solusinya “keluar dari kelas untuk mencuci muka agar lebih segar”, pada bagian masalah “pelajaran yang kurang menarik”, solusinya “seharusnya sebelum memulai pelajaran alangkah baiknya mengadakan game agar lebih semangat”, pada bagian masalah “keributan di kelas”, solusinya “harusnya para guru melarang dengan lembut agar murid tersentuh”. Pada tahap menuliskan masalah dan alternatif solusi, Randi memiliki tiga prioritas masalah kondisi belajar. Pertama, ia sering mengantuk ketika di kelas

sehingga ia akan izin untuk keluar mencuci muka sebagai solusi dari rasa mengantuk yang dialami. Kedua, ia sering merasa bahwa pelajaran yang ia dapatkan kurang menarik, sehingga ia merekomendasikan kepada guru untuk memberikan *games* atau *ice breaking* agar siswa kembali bersemangat ketika belajar. Peneliti juga sepakat bahwa *ice breaking* penting untuk diberikan kepada siswa saat sesi belajar karena hal tersebut mampu mengubah suasana belajar yang awalnya membosankan dan tidak menarik menjadi seru dan menarik, selain itu meningkatkan motivasi belajar siswa bisa dengan menggunakan metode tersebut. Ketiga, ia sering merasa risih ketika fokus untuk belajar tetapi teman-temannya melakukan keributan di kelas, ia sangat berharap keributan tersebut ditegur oleh guru dengan cara-cara yang baik.

c. ***Instrumental Action***

Instrumental Action merupakan tahapan merencanakan tindakan lalu mengimplementasikan rencana tindakan yang diambil oleh peserta untuk menyelesaikan masalah belajar yang dialami. Pada tahap ini, trainer memberi jeda selama sepekan atau 7 hari setelah memberikan edukasi pada tahap *exercise caution* dan *negotiation*. Berikut pengisian *worksheet* sebagai kertas kontrol bagi peserta pelatihan:

Nama: *Satrio*  
Kelas: *XII-B*

**1. Tujuan Utama**  
Apa yang ingin kamu capai dalam pembelajaran?  
*Untuk memahami semua tentang pelajaran itu*

**2. Langkah-Langkah Tindakan**

| No | Langkah Tindakan             | Sumber Daya Yang Dibutuhkan |
|----|------------------------------|-----------------------------|
| 1  | <i>Diskusi bersama teman</i> | <i>Teman</i>                |
| 2  |                              |                             |
| 3  |                              |                             |

Gambar 4.26. Worksheet Rencana Tindakan Satrio Kelas 12B

Nama: *Sakila Putri N*  
Kelas: *XII-I*

**1. Tujuan Utama**  
Apa yang ingin kamu capai dalam pembelajaran?  
*- ingin mendapatkan nilai yang tinggi*  
*- ingin mencapai cita*  
*- ingin membanggakan orang tua*

**2. Langkah-Langkah Tindakan**

| No | Langkah Tindakan | Sumber Daya Yang Dibutuhkan  |
|----|------------------|------------------------------|
| 1  | <i>- belajar</i> | <i>- dukungan lingkungan</i> |
| 2  |                  |                              |
| 3  |                  |                              |

Gambar 4.27 Worksheet Rencana Tindakan Sakila Putri N Kelas 12I

Berdasarkan gambar 4.26 *worksheet* rencana tindakan oleh Satrio kelas 12B menuliskan pada bagian tujuan utama apa yang ingin kamu capai dalam pembelajaran? “*untuk memahami semua tentang pelajaran itu*”, pada bagian langkah-langkah tindakan “*diskusi bersama teman*”, sumber daya yang dibutuhkan “*teman*”. Pada tahap merencanakan tindakan untuk mencapai tujuan pembelajarannya, Satrio akan sering-sering berdiskusi bersama temannya. Hal tersebut Satrio lakukan agar dapat memberinya pemahaman dari berbagai sudut pandang.

Berdasarkan gambar 4.27 *worksheet* rencana tindakan oleh Sakila Putri N kelas 12I menuliskan pada bagian tujuan utama apa yang ingin kamu capai dalam pembelajaran? “*ingin mendapatkan nilai yang tinggi, ingin mencapai cita-cita, ingin membanggakan orangtua*”, pada bagian langkah-langkah tindakan “*belajar*”, sumber daya yang dibutuhkan “*dukungan lingkungan*”.

Pada tahap merencanakan tindakan untuk mencapai tujuan pembelajarannya yaitu mendapatkan nilai yang tinggi, mencapai cita-cita dan membanggakan kedua orang tua, ia akan belajar dengan membutuhkan dukungan lingkungan yang ada di sekitarnya, baik itu lingkungan keluarganya, sosialnya maupun pendidikannya.

Nama: Abid Faqih  
Kelas: XII.K

**1. Tujuan Utama**  
Apa yang ingin kamu capai dalam pembelajaran?  
Ingin menjadi orang yang berilmu agar dapat memberikan pelajaran kepada orang-orang yang tidak pernah belajar

**2. Langkah-Langkah Tindakan**

| No | Langkah Tindakan                | Sumber Daya Yang Dibutuhkan        |
|----|---------------------------------|------------------------------------|
| 1  | Aktif belajar dan berorganisasi | Teman dan lingkungan yang suportif |
| 2  |                                 |                                    |
| 3  |                                 |                                    |

Nama: Aufa Nur Zahim  
Kelas: XII.K

**1. Tujuan Utama**  
Apa yang ingin kamu capai dalam pembelajaran?  
Saya ingin mendapatkan ilmu yang luas dan juga untuk bekal dalam memilih cita-cita.

**2. Langkah-Langkah Tindakan**

| No | Langkah Tindakan    | Sumber Daya Yang Dibutuhkan |
|----|---------------------|-----------------------------|
| 1  | Berajar             | Buku dan internet           |
| 2  | Berlatih            | Guru dan teman              |
| 3  | Aktif berorganisasi | Teman                       |

Gambar 4.28. Worksheet Rencana Tindakan Abid Faqih Kelas 12K

Gambar 4.29 Worksheet Rencana Tindakan Aufa Nur Zahim Kelas 12K

Berdasarkan gambar 4.28 worksheet rencana tindakan oleh Abid Faqih kelas 12K menuliskan pada bagian tujuan utama apa yang ingin kamu capai dalam pembelajaran? “*ingin menjadi orang yang berilmu agar dapat memberikan pelajaran kepada orang-orang yang tidak pernah belajar*”, pada bagian langkah-langkah tindakan “*aktif belajar dan berorganisasi*”, sumber daya yang dibutuhkan “*teman dan lingkungan yang suportif*”. Pada tahap merencanakan tindakan untuk mencapai tujuan pembelajarannya yaitu ia juga ingin menjadi orang yang berilmu agar dapat bermanfaat bagi orang-orang

yang tidak pernah belajar atau minim minat belajarnya. Untuk mencapai tujuan tersebut, Abid Faqih akan aktif belajar dan berorganisasi yang tentunya kedua hal tersebut membutuhkan lingkungan yang suportif. Belajar menjadi langkahnya untuk mendapatkan ilmu dan berorganisasi menjadi langkahnya untuk berbagi ilmu.

Berdasarkan gambar 4.29 *worksheet* rencana tindakan oleh Aufa Nur Zahim kelas 12K menuliskan pada bagian tujuan utama apa yang ingin kamu capai dalam pembelajaran? *“saya ingin mendapatkan ilmu yang luas dan juga untuk bekal dalam meraih cita-cita”*, pada bagian langkah-langkah tindakan *“belajar”*, sumber daya yang dibutuhkan *“buku dan internet”*, pada bagian langkah tindakan *“bertanya”*, sumber daya yang dibutuhkan *“guru dan teman”*, pada bagian langkah tindakan *“aktif berorganisasi”*, sumber daya yang dibutuhkan *“teman”*. Pada tahap merencanakan tindakan untuk mencapai tujuan pembelajarannya yaitu ia ingin memperluas ilmunya untuk meraih cita-cita di masa yang akan datang. Untuk mencapai tujuan tersebut, ia akan memulai langkahnya dengan aktif belajar dengan memanfaatkan buku dan internet, selain itu ia akan memberanikan diri untuk bertanya kepada guru dan teman jika ada hal-hal yang tidak ia ketahui, selanjutnya ia akan memilih aktif berorganisasi untuk menemukan teman-teman yang mempunyai visi dan misi yang sama.

Nama: Revan  
Kelas: 12K

**1. Tujuan Utama**  
Apa yang ingin kamu capai dalam pembelajaran?  
Menguasai materi agar bisa berguna dimasa yang akan datang. Bisa memahami dan membantu teman yang tidak paham dalam pembelajaran

**2. Langkah-Langkah Tindakan**

| No | Langkah Tindakan       | Sumber Daya Yang Dibutuhkan |
|----|------------------------|-----------------------------|
| 1  | Belajar sebaik mungkin | - Buku<br>- Teman<br>- Guru |
| 2  |                        |                             |
| 3  |                        |                             |

Gambar 4.30. Worksheet  
Rencana Tindakan  
Revan Kelas 12K

Nama: Hikmah  
Kelas: 12K

**1. Tujuan Utama**  
Apa yang ingin kamu capai dalam pembelajaran?  
Memahami materi, sehingga saya bisa mencari cita dan tujuan saya

**2. Langkah-Langkah Tindakan**

| No | Langkah Tindakan             | Sumber Daya Yang Dibutuhkan |
|----|------------------------------|-----------------------------|
| 1  | Bertanya jika belum mengerti | Guru dan teman              |
| 2  |                              |                             |
| 3  |                              |                             |

Gambar 4.31 Worksheet  
Rencana Tindakan  
Hikmah Kelas 12K

Berdasarkan gambar 4.30 worksheet rencana tindakan oleh Revan kelas 12K menuliskan pada bagian tujuan utama apa yang ingin kamu capai dalam pembelajaran? “menguasai materi agar bisa berguna dimasa yang akan datang, bisa memahami dan membantu teman yang tidak paham dalam pembelajaran”, pada bagian langkah-langkah tindakan “belajar sebaik mungkin”, sumber daya yang dibutuhkan “buku, teman, guru”. Pada tahap merencanakan tindakan untuk mencapai tujuan pembelajarannya yaitu ia ingin menguasai materi agar ilmu dari materi yang didapatkan mampu dimanfaatkan untuk dimasa yang akan datang. Untuk mencapai tujuan pembelajaran tersebut, ia akan mengambil langkah untuk belajar sebaik mungkin dengan menjadikan buku, teman dan guru sebagai sumber untuk mendapatkan ilmu.

Berdasarkan gambar 4.31 *worksheet* rencana tindakan oleh Hikmah kelas 12K menuliskan pada bagian tujuan utama apa yang ingin kamu capai dalam pembelajaran? “*memahami materi sehingga saya bisa mencapai cita-cita dan tujuan saya*”, pada bagian langkah-langkah tindakan “*bertanya jika belum mengerti*”, sumber daya yang dibutuhkan “*guru dan teman*”. Pada tahap merencanakan tindakan untuk mencapai tujuan pembelajaran yaitu ia ingin memahami materi untuk mencapai cita-cita yang diharapkan. Adapun langkah yang ia akan lakukan yaitu dengan bertanya kepada teman dan guru jika belum memahami sepenuhnya pelajaran yang diajarkan.

Nama: Andi Syafira  
Kelas: XII.K

**1. Tujuan Utama**  
Apa yang ingin kamu capai dalam pembelajaran?

- Untuk Masa Depan
- Untuk Mendapatkan Ilmu
- Untuk Membantu Orang tua

**2. Langkah-Langkah Tindakan**

| No | Langkah Tindakan                | Sumber Daya Yang Dibutuhkan |
|----|---------------------------------|-----------------------------|
| 1  | Tidak menunda mengerjakan tugas | Teman                       |
| 2  | Belajar dengan sungguh-sungguh  | Guru                        |
| 3  |                                 |                             |

Nama: Randi  
Kelas: XII.K

**1. Tujuan Utama**  
Apa yang ingin kamu capai dalam pembelajaran?

ingin mencapai cita-cita dan meningkatkan nilai

**2. Langkah-Langkah Tindakan**

| No | Langkah Tindakan      | Sumber Daya Yang Dibutuhkan |
|----|-----------------------|-----------------------------|
| 1  | Belajar               | - Guru<br>- Buku            |
| 2  | Mengajukan pertanyaan | teman                       |
| 3  |                       |                             |

Gambar 4.32. *Worksheet*  
Rencana Tindakan  
Andi Syafira Kelas 12K

Gambar 4.33 *Worksheet*  
Rencana Tindakan  
Randi Kelas 12K

Berdasarkan gambar 4.32 *worksheet* rencana tindakan oleh Andi Syafira kelas 12K menuliskan pada bagian tujuan utama apa yang ingin kamu capai dalam pembelajaran? “*untuk masa depan, untuk mendapatkan ilmu,*

*untuk membanggakan orangtua*”, pada bagian langkah-langkah tindakan *“tidak menunda mengerjakan tugas”*, sumber daya yang dibutuhkan *“teman”*, pada bagian langkah tindakan *“belajar dengan sungguh-sungguh”*, sumber daya yang dibutuhkan *“guru”*. Pada tahap merencanakan tindakan untuk mencapai tujuan pembelajaran yaitu ia ingin pembelajaran yang ia jalani adalah sesuatu yang akan bermanfaat untuk masa depan, untuk mendapatkan ilmu pengetahuan dan dengan pembelajaran itu ia ingin membanggakan kedua orang tua. Adapun langkah-langkah yang ia akan lakukan yaitu dengan tidak menunda mengerjakan tugas, ia ingin teman-teman yang dimiliki mampu membantunya melakukan tindakan tersebut. Selain itu, ia juga akan belajar dengan sungguh-sungguh dengan menjadikan guru sebagai sumber utama untuk memperoleh ilmu pengetahuan.

Berdasarkan gambar 4.33 *worksheet* rencana tindakan oleh Randi kelas 12K menuliskan pada bagian tujuan utama apa yang ingin kamu capai dalam pembelajaran? *“ingin mencapai cita-cita dan membanggakan orangtua”*, pada bagian langkah-langkah tindakan *“belajar”*, sumber daya yang dibutuhkan *“guru dan buku”*, pada bagian langkah tindakan *“mengerjakan PR”*, sumber daya yang dibutuhkan *“teman”*. Pada tahap merencanakan tindakan untuk mencapai tujuan pembelajaran yaitu ia ingin mencapai cita-cita dan membanggakan kedua orangtua. Adapun langkah yang akan dilakukan untuk mencapai tujuan tersebut yaitu belajar dengan menjadikan guru dan buku sebagai sumber daya memperoleh pengetahuan.

**IMPLEMENTASI RENCANA TINDAKAN**

Nama: Satrio

Kelas: XII. B

Berikan tanda (✓) pada aktivitas yang telah kamu lakukan selama sepekan

| Aktivitas         | Senin | Selasa | Rabu | Kamis | Jumat | Sabtu | Ahad | Ket |
|-------------------|-------|--------|------|-------|-------|-------|------|-----|
| Hobi              | ✓     | ✓      | ✓    | ✓     | ✓     | ✓     | -    |     |
| Belajar           | ✓     | ✓      | -    | ✓     | ✓     | -     | -    |     |
| Mengerjakan Tugas | -     | -      | -    | -     | -     | -     | -    |     |
| Bermain           | ✓     | ✓      | ✓    | ✓     | ✓     | ✓     | ✓    |     |
| Kegiatan Sosial   | ✓     | ✓      | ✓    | ✓     | ✓     | ✓     | ✓    |     |

Gambar 4.34. *Worksheet* Implementasi Rencana Tindakan Satrio Kelas 12B

**IMPLEMENTASI RENCANA TINDAKAN**

Nama: Sakila Putri N

Kelas: XI. 1

Berikan tanda (✓) pada aktivitas yang telah kamu lakukan selama sepekan

| Aktivitas         | Senin | Selasa | Rabu | Kamis | Jumat | Sabtu | Ahad | Ket |
|-------------------|-------|--------|------|-------|-------|-------|------|-----|
| Hobi              | -     | -      | -    | -     | -     | -     | ✓    |     |
| Belajar           | ✓     | ✓      | ✓    | ✓     | ✓     | ✓     | ✓    |     |
| Mengerjakan Tugas | -     | -      | -    | -     | -     | -     | -    |     |
| Bermain           | ✓     | -      | -    | ✓     | ✓     | ✓     | ✓    |     |
| Kegiatan Sosial   | ✓     | ✓      | ✓    | ✓     | ✓     | ✓     | ✓    |     |

Gambar 4.35 *Worksheet* Implementasi Rencana Tindakan Sakila Putri N Kelas 12I

Berdasarkan gambar 3.34 *worksheet* implementasi rencana tindakan oleh Satrio kelas 12B menuliskan aktivitas dalam sepekan bahwa pada Hari Senin ia telah melakukan hobi, belajar, bermain dan kegiatan sosial, pada Hari Selasa ia telah melakukan hobi, belajar, bermain dan kegiatan sosial, pada Hari Rabu ia telah melakukan hobi, bermain dan kegiatan sosial, pada Hari Kamis ia telah melakukan hobi, belajar, bermain dan kegiatan sosial, pada Hari Jumat ia telah melakukan hobi, belajar, bermain dan kegiatan sosial, pada Hari Sabtu ia telah melakukan hobi, bermain dan kegiatan sosial, pada Hari Ahad ia telah melakukan bermain dan kegiatan sosial.

Berdasarkan gambar 3.35 *worksheet* implementasi rencana tindakan oleh Sakila Putri N kelas 12B menuliskan aktivitas dalam sepekan bahwa pada Hari Senin ia telah melakukan belajar, bermain dan kegiatan sosial, pada Hari Selasa ia telah

melakukan belajar dan kegiatan sosial, pada Hari Rabu ia telah melakukan belajar dan kegiatan sosial, pada Hari Kamis ia telah melakukan belajar, bermain dan kegiatan sosial, pada Hari Jumat ia telah melakukan belajar, bermain dan kegiatan sosial, pada Hari Sabtu ia telah melakukan belajar, bermain dan kegiatan sosial, pada Hari Ahad ia telah melakukan hobi, belajar, bermain dan kegiatan sosial.

**IMPLEMENTASI RENCANA TINDAKAN**

Nama: *Abid Faqih*

Kelas: *12K*

Berikan tanda (✓) pada aktivitas yang telah kamu lakukan selama sepekan

| Aktivitas         | Senin | Selasa | Rabu | Kamis | Jumat | Sabtu | Ahad | Ket |
|-------------------|-------|--------|------|-------|-------|-------|------|-----|
| Hobi              | ✓     | ✓      | -    | -     | ✓     | ✓     | ✓    |     |
| Belajar           | ✓     | ✓      | ✓    | -     | -     | ✓     | -    |     |
| Mengerjakan Tugas | ✓     | ✓      | -    | -     | ✓     | -     | -    |     |
| Bermain           | ✓     | -      | ✓    | -     | ✓     | ✓     | ✓    |     |
| Kegiatan Sosial   | ✓     | ✓      | ✓    | ✓     | ✓     | ✓     | ✓    |     |

**IMPLEMENTASI RENCANA TINDAKAN**

Nama: *Aufa Nur Zahrah*

Kelas: *12K*

Berikan tanda (✓) pada aktivitas yang telah kamu lakukan selama sepekan

| Aktivitas         | Senin | Selasa | Rabu | Kamis | Jumat | Sabtu | Ahad | Ket |
|-------------------|-------|--------|------|-------|-------|-------|------|-----|
| Hobi              | -     | ✓      | ✓    | ✓     | ✓     | -     | ✓    |     |
| Belajar           | ✓     | -      | ✓    | ✓     | ✓     | -     | -    |     |
| Mengerjakan Tugas | -     | -      | -    | -     | -     | -     | -    |     |
| Bermain           | ✓     | ✓      | -    | ✓     | ✓     | ✓     | ✓    |     |
| Kegiatan Sosial   | ✓     | ✓      | ✓    | ✓     | ✓     | ✓     | ✓    |     |

Gambar 4.36. *Worksheet* Implementasi Rencana Tindakan Abid Faqih Kelas 12K

Gambar 4.37 *Worksheet* Implementasi Rencana Tindakan Aufa Nur Zahim Kelas 12K

Berdasarkan gambar 3.36 *worksheet* implementasi rencana tindakan oleh Abid Faqih kelas 12K menuliskan aktivitas dalam sepekan bahwa pada Hari Senin ia telah melakukan hobi, belajar, mengerjakan tugas, bermain dan kegiatan sosial, pada Hari Selasa ia telah melakukan hobi, belajar, mengerjakan tugas dan kegiatan sosial, pada Hari Rabu ia telah melakukan belajar, bermain dan kegiatan sosial, pada Hari Kamis ia telah melakukan kegiatan sosial, pada Hari Jumat ia telah melakukan hobi, mengerjakan tugas, bermain dan kegiatan sosial, pada Hari Sabtu ia telah melakukan

hobi, belajar, bermain dan kegiatan sosial, pada Hari Ahad ia telah melakukan hobi, bermain dan kegiatan sosial.

Berdasarkan gambar 3.37 *worksheet* implementasi rencana tindakan oleh Aufa Nur Zahim kelas 12K menuliskan aktivitas dalam sepekan bahwa pada Hari Senin ia telah melakukan belajar, bermain dan kegiatan sosial, pada Hari Selasa ia telah melakukan hobi, bermain dan kegiatan sosial, pada Hari Rabu ia telah melakukan hobi, belajar, dan kegiatan sosial, pada Hari Kamis ia telah melakukan hobi, belajar, bermain dan kegiatan sosial, pada Hari Jumat ia telah melakukan hobi, belajar, bermain dan kegiatan sosial, pada Hari Sabtu ia telah melakukan bermain dan kegiatan sosial, pada Hari Ahad ia telah melakukan hobi, bermain dan kegiatan sosial.

**IMPLEMENTASI RENCANA TINDAKAN**

Nama: Revan

Kelas: XII-K

Berikan tanda (✓) pada aktivitas yang telah kamu lakukan selama sepekan

| Aktivitas         | Senin | Selasa | Rabu | Kamis | Jumat | Sabtu | Ahad | Ket |
|-------------------|-------|--------|------|-------|-------|-------|------|-----|
| Hobi              | -     | -      | -    | -     | -     | ✓     | ✓    |     |
| Belajar           | ✓     | ✓      | ✓    | ✓     | ✓     | -     | -    |     |
| Mengerjakan Tugas | -     | -      | ✓    | ✓     | -     | -     | -    |     |
| Bermain           | ✓     | ✓      | ✓    | ✓     | ✓     | ✓     | ✓    |     |
| Kegiatan Sosial   | ✓     | ✓      | ✓    | ✓     | ✓     | ✓     | ✓    |     |

**IMPLEMENTASI RENCANA TINDAKAN**

Nama: Hikmah

Kelas: XII-K

Berikan tanda (✓) pada aktivitas yang telah kamu lakukan selama sepekan

| Aktivitas         | Senin | Selasa | Rabu | Kamis | Jumat | Sabtu | Ahad | Ket |
|-------------------|-------|--------|------|-------|-------|-------|------|-----|
| Hobi              | -     | -      | -    | -     | -     | ✓     | ✓    |     |
| Belajar           | ✓     | ✓      | ✓    | ✓     | ✓     | -     | -    |     |
| Mengerjakan Tugas | -     | -      | -    | -     | -     | -     | -    |     |
| Bermain           | ✓     | ✓      | ✓    | ✓     | ✓     | ✓     | ✓    |     |
| Kegiatan Sosial   | ✓     | ✓      | ✓    | ✓     | ✓     | ✓     | ✓    |     |

Gambar 4.38 *Worksheet*  
Implementasi Rencana Tindakan  
Revan Kelas 12K

Gambar 4.39 *Worksheet*  
Implementasi Rencana Tindakan  
Hikmah Kelas 12K

Berdasarkan gambar 3.38 *worksheet* implementasi rencana tindakan oleh Revan kelas 12K menuliskan aktivitas dalam sepekan bahwa pada Hari Senin ia telah melakukan belajar, bermain dan kegiatan sosial, pada Hari Selasa ia telah melakukan belajar, bermain dan kegiatan sosial, pada Hari Rabu ia telah melakukan belajar,

mengerjakan tugas, bermain dan kegiatan sosial, pada Hari Kamis ia telah melakukan belajar, mengerjakan tugas, bermain dan kegiatan sosial, pada Hari Jumat ia telah melakukan belajar, bermain dan kegiatan sosial, pada Hari Sabtu ia telah melakukan hobi, bermain dan kegiatan sosial, pada Hari Ahad ia telah melakukan hobi, bermain dan kegiatan sosial

Berdasarkan gambar 3.39 *worksheet* implementasi rencana tindakan oleh Hikmah kelas 12K menuliskan aktivitas dalam sepekan bahwa pada Hari Senin ia telah melakukan belajar, bermain dan kegiatan sosial, pada Hari Selasa ia telah melakukan belajar, bermain dan kegiatan sosial, pada Hari Rabu ia telah melakukan belajar, bermain dan kegiatan sosial, pada Hari Kamis ia telah melakukan belajar, bermain dan kegiatan sosial, pada Hari Jumat ia telah melakukan belajar, bermain dan kegiatan sosial, pada Hari Sabtu ia telah melakukan hobi, bermain dan kegiatan sosial, pada Hari Ahad ia telah melakukan hobi, bermain dan kegiatan sosial.

**IMPLEMENTASI RENCANA TINDAKAN**

Nama: Andi Syafira

Kelas: XII K

Berikan tanda (✓) pada aktivitas yang telah kamu lakukan selama sepekan

| Aktivitas         | Senin | Selasa | Rabu | Kamis | Jumat | Sabtu | Ahad | Ket |
|-------------------|-------|--------|------|-------|-------|-------|------|-----|
| Hobi              | ✓     | -      | -    | -     | -     | -     | ✓    |     |
| Belajar           | ✓     | ✓      | ✓    | ✓     | -     | -     | -    |     |
| Mengerjakan Tugas | ✓     | ✓      | -    | ✓     | -     | -     | -    |     |
| Bermain           | ✓     | ✓      | ✓    | -     | -     | -     | ✓    |     |
| Kegiatan Sosial   | ✓     | ✓      | ✓    | -     | ✓     | ✓     | ✓    |     |

**IMPLEMENTASI RENCANA TINDAKAN**

Nama: Randi

Kelas: XII K

Berikan tanda (✓) pada aktivitas yang telah kamu lakukan selama sepekan

| Aktivitas         | Senin | Selasa | Rabu | Kamis | Jumat | Sabtu | Ahad | Ket |
|-------------------|-------|--------|------|-------|-------|-------|------|-----|
| Hobi              | -     | -      | -    | ✓     | -     | ✓     | ✓    |     |
| Belajar           | ✓     | ✓      | ✓    | ✓     | ✓     | -     | -    |     |
| Mengerjakan Tugas | -     | ✓      | ✓    | -     | -     | -     | -    |     |
| Bermain           | ✓     | ✓      | ✓    | ✓     | ✓     | ✓     | ✓    |     |
| Kegiatan Sosial   | ✓     | ✓      | ✓    | ✓     | ✓     | ✓     | ✓    |     |

Gambar 4.40 *Worksheet*  
Implementasi Rencana Tindakan  
Andi Syafira Kelas 12K

Gambar 4.41 *Worksheet*  
Implementasi Rencana Tindakan  
Randi Kelas 12K

Berdasarkan gambar 3.40 *worksheet* implementasi rencana tindakan oleh Andi Syafira kelas 12K menuliskan aktivitas dalam sepekan bahwa pada Hari Senin ia telah melakukan hobi, belajar, mengerjakan tugas, bermain dan kegiatan sosial, pada Hari Selasa ia telah melakukan belajar, mengerjakan tugas, bermain dan kegiatan sosial, pada Hari Rabu ia telah melakukan belajar, bermain dan kegiatan sosial, pada Hari Kamis ia telah melakukan belajar, mengerjakan tugas dan kegiatan sosial, pada Hari Jumat ia telah melakukan kegiatan sosial, pada Hari Sabtu ia telah melakukan kegiatan sosial, pada Hari Ahad ia telah melakukan hobi, bermain dan kegiatan sosial

Berdasarkan gambar 3.41 *worksheet* implementasi rencana tindakan oleh Randi kelas 12K menuliskan aktivitas dalam sepekan bahwa pada Hari Senin ia telah melakukan belajar, bermain dan kegiatan sosial, pada Hari Selasa ia telah melakukan belajar, mengerjakan tugas, bermain dan kegiatan sosial, pada Hari Rabu ia telah melakukan belajar, mengerjakan tugas, bermain dan kegiatan sosial, pada Hari Kamis ia telah melakukan hobi, belajar, bermain dan kegiatan sosial, pada Hari Jumat ia telah melakukan belajar, bermain dan kegiatan sosial, pada Hari Sabtu ia telah melakukan hobi, bermain dan kegiatan sosial, pada Hari Ahad ia telah melakukan hobi, bermain dan kegiatan sosial.

### 3. Deskripsi Data *Post-test*

Setelah melakukan pelatihan *problem focused coping* kepada 8 peserta, maka tahap *post-test* diberikan untuk melihat apakah pelatihan yang diadakan memberi perubahan yang meningkatkan motivasi belajar siswa atau tidak. Adapun hasil analisis frekuensi pemberian *post-test* dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.6 Hasil Analisis Frekuensi Pemberian *Post-test*

| posttest |        |           |         |               |                    |
|----------|--------|-----------|---------|---------------|--------------------|
|          |        | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
| Valid    | 100.00 | 2         | 25.0    | 25.0          | 25.0               |
|          | 101.00 | 1         | 12.5    | 12.5          | 37.5               |

|  |        |   |       |       |       |
|--|--------|---|-------|-------|-------|
|  | 102.00 | 1 | 12.5  | 12.5  | 50.0  |
|  | 104.00 | 1 | 12.5  | 12.5  | 62.5  |
|  | 109.00 | 1 | 12.5  | 12.5  | 75.0  |
|  | 112.00 | 1 | 12.5  | 12.5  | 87.5  |
|  | 113.00 | 1 | 12.5  | 12.5  | 100.0 |
|  | Total  | 8 | 100.0 | 100.0 |       |

Sumber data: Software IBM SPSS Statistics

Berdasarkan tabel 4.6 menunjukkan bahwa dari 8 peserta yang mengikuti pelatihan dan telah mengisi *post-test*, terdapat 2 peserta dengan skor 100, 1 peserta dengan skor 101, 1 peserta dengan skor 102, 1 peserta dengan skor 104, 1 peserta dengan skor 109, 1 peserta dengan skor 112, dan 1 peserta dengan skor 113. Adapun mana peserta skor yang diperoleh dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.7 Skor *Post-test* Peserta Pelatihan *Problem Focused Coping*

| Nama           | Kelas | Skor <i>Post-test</i> |
|----------------|-------|-----------------------|
| Satrio         | 12 B  | 103                   |
| Sakila Putri N | 12 I  | 100                   |
| Abid Faqih     | 12 K  | 113                   |
| Aufa Nur Zahim | 12 K  | 109                   |
| Revan          | 12 K  | 104                   |
| Hikmah         | 12 K  | 101                   |
| Andi Syafira   | 12 K  | 112                   |
| Randi          | 12 K  | 100                   |

Sumber: *gform post-test* penelitian motivasi belajar peserta pelatihan *problem focused coping*

## B. Pengujian Persyaratan Analisis Data

### 1. Uji Normalitas Data

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah sampel yang diteliti berdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas yang digunakan adalah uji *Shapiro Wilk* dan *Kolmogorov-Smirnov*. Uji *Shapiro Wilk* digunakan karena sampel penelitian penulis terbilang sedikit dan uji *Kolmogorov-Smirnov* digunakan sebagai kriteria pengujian normalitas, jika data

memiliki nilai signifikansi  $> 0,05$  maka data tersebut dianggap terdistribusi normal.

Tabel 4.8 Uji Shapiro Wilk

| Tests of Normality |              |    |      |
|--------------------|--------------|----|------|
|                    | Shapiro-Wilk |    |      |
|                    | Statistic    | df | Sig. |
| Pretest            | .939         | 8  | .600 |
| Posttest           | .847         | 8  | .089 |

Sumber data: Software IBM SPSS Statistics

Berdasarkan hasil uji normalitas Shapiro Wilk pada tabel 4.8, diketahui nilai Sig. *pre-test* sebesar 0,600 dan lebih besar dari 0,05 dan nilai Sig. *post-test* sebesar 0,89 dan lebih besar dari 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa hasil *pre-test* dan *post-test* terdistribusi normal.

Tabel 4.9 Uji Kolmogorov-Smirnov

| One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test |                |                         |
|------------------------------------|----------------|-------------------------|
|                                    |                | Unstandardized Residual |
| N                                  |                | 8                       |
| Normal Parameters <sup>a,b</sup>   | Mean           | .0000000                |
|                                    | Std. Deviation | 4.87261699              |
| Most Extreme Differences           | Absolute       | .265                    |
|                                    | Positive       | .265                    |
|                                    | Negative       | -.184                   |
| Test Statistic                     |                | .265                    |
| Asymp. Sig. (2-tailed)             |                | .102 <sup>c</sup>       |

Sumber data: Software IBM SPSS Statistics

Berdasarkan hasil uji normalitas Kolmogorov-Smirnov pada tabel 4.9, diketahui nilai Asymp.Sig. (2-tailed) sebesar 0,102 dan lebih besar dari

0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa nilai residual antara *pre-test* dan *post-test* berdistribusi secara normal.

## 2. Uji Homogenitas

Uji homogenitas merupakan uji yang dilakukan untuk mengetahui apakah varian dari data sama atau tidak. Uji homogenitas dilakukan sebelum uji hipotesis. Adapun, jenis uji data homogenitas yang penulis gunakan adalah *One Way Anova*. Jenis pengujian ini merupakan analisis ragam satu arah karena hanya berkepentingan dengan satu arah saja. Adapun dasar pengambilan keputusan data tersebut dikatakan terdistribusi homogen jika nilai signifikansinya  $> 0,05$ .

Tabel 4.10 Uji One Way Onova

| Test of Homogeneity of Variances |                                      |                  |     |        |      |
|----------------------------------|--------------------------------------|------------------|-----|--------|------|
|                                  |                                      | Levene Statistic | df1 | df2    | Sig. |
| Hasil                            | Based on Mean                        | 3.866            | 1   | 14     | .069 |
|                                  | Based on Median                      | 1.538            | 1   | 14     | .235 |
|                                  | Based on Median and with adjusted df | 1.538            | 1   | 11.850 | .239 |
|                                  | Based on trimmed mean                | 3.591            | 1   | 14     | .079 |

Sumber data: Software IBM SPSS Statistics

Berdasarkan hasil uji homogenitas yang terdapat pada tabel 4.10 menunjukkan bahwa nilai signifikansi dari nilai mean atau rata-rata dari 8 peserta yang menjadi kelompok eksperimen adalah  $0,79 > 0,05$  dapat dikatakan terdistribusi secara homogen.

### C. Pengujian Hipotesis

Penelitian ini menggunakan salah satu uji parametrik yaitu uji hipotesis Paired T-Test. Uji Paired T-Test merupakan pengujian yang digunakan untuk melihat hasil eksperimen sebelum dan setelah diberikan perlakuan. Sehingga, uji ini akan mendeteksi ada atau tidaknya perubahan yang signifikan berdasarkan perbandingan hasil *pre-test* dan *post-test*.

Tabel 4.11 Uji Paired T-Test

| PAIRED SAMPLES TEST |         |
|---------------------|---------|
| Mean                | -62.500 |
| Std. Deviation      | 4.276   |
| Std. Error Mean     | 1.512   |
| Lower               | -66.075 |
| Upper               | -58.925 |
| t                   | -41.340 |
| df                  | 7       |
| Sig. (2-Tailed)     | .000    |

Sumber data: Software IBM SPSS Statistics

Berdasarkan tabel 4.11 menunjukkan bahwa nilai Sig.(2-tailed) sebesar 0,000 dan lebih kecil dari 0,05. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara variabel awal dengan variabel akhir yang menyimpulkan bahwa hipotesis diterima atau terdapat pengaruh yang signifikan.

### D. Pembahasan Hasil Penelitian

Hasil penelitian akan dijabarkan secara rinci setelah terlebih dahulu mendeskripsikan variabel penelitian yakni *problem focused coping* (X) dan motivasi belajar (Y). *Problem focused coping* merupakan salah satu strategi *coping* dalam ilmu psikologi yang difokuskan pada penyelesaian atau

penanganan langsung terhadap masalah yang dialami oleh individu. *Problem focused coping* melibatkan upaya aktif untuk mengatasi masalah dan menyelesaikan tantangan (dalam penelitian ini adalah masalah akademis). Adapun motivasi belajar merupakan dorongan, inisiatif, komitmen serta optimisme individu untuk terlibat aktif dalam pembelajaran, mendapat pengetahuan baru, serta meraih pencapaian dalam pembelajaran.

Penelitian ini dilaksanakan di UPT SMA N 1 Pinrang dengan penyebaran instrumen penelitian secara online melalui *google form* kepada siswa-siswi kelas 12. Penyebaran pertama terdapat 77 responden yang mengisi link instrumen penelitian berupa *pre-test* untuk mengidentifikasi siswa-siswi dengan motivasi belajar yang rendah. Hasil dari skor *pre-test* yang diperoleh oleh masing-masing responden diolah untuk menarik sampel menjadi peserta pelatihan *problem focused coping*. Teknik yang digunakan untuk menetapkan sampel yaitu teknik *purposive*. Teknik *purposive* merupakan pengambilan sampel yang dilakukan dengan mengambil sampel tertentu yang memiliki ciri, karakteristik atau kriteria tertentu. Kriteria yang ditetapkan dalam pengambilan sampel yaitu peserta didik kelas 12, memiliki skor motivasi belajar rendah yang diketahui dari instrumen penelitian, dan siap mengikuti pelatihan yang telah disusun. Terdapat 8 peserta didik yang memenuhi kriteria untuk menjadi peserta pelatihan *problem focused coping*.

Setelah data terkumpul, data-data tersebut kemudian dilakukan uji persyaratan berupa uji normalitas dan uji homogenitas yang digunakan untuk mengetahui apakah nilai variabel instrumen penelitian terdistribusi secara normal dan homogen. Setelah melakukan uji normalitas, pelatihan *problem*

*focused coping* kemudian diadakan dalam durasi waktu 10 hari. Modul pelatihan dengan judul “*Problem Focused Coping* Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa” yang disusun oleh penyusun menjadi panduan dalam pelatihan. Pelatihan memuat edukasi dan evaluasi yang difasilitasi oleh salah satu guru BK UPT SMA N 1 Pinrang atas nama Ibu Indrayani, S.Pd.,Gr yang menjadi trainer dalam pelatihan ini. Setelah melakukan uji analisis persyaratan data dan pelatihan *problem focused coping*, selanjutnya uji hipotesis.

Berdasarkan uji persyaratan analisis data, diperoleh hasil bahwa variabel berdistribusi secara normal dan homogen. Untuk mengetahui pengaruh *problem focused coping* (X) terhadap motivasi belajar siswa (Y) maka dilakukan uji hipotesis Paired T-Test. Uji hipotesis Paired T-Test digunakan untuk menguji perolehan hasil nilai *pre-test* dan *post-test* dari 8 sampel pelatihan. Berdasarkan hasil uji hipotesis Paired T-Test dengan menggunakan aplikasi SPSS versi 26 menunjukkan bahwa nilai Sig.(2-tailed) sebesar 0,000 dan lebih kecil dari 0,05. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara variabel awal dengan variabel akhir, sehingga hipotesis  $H_a$  yang mengatakan bahwa strategi *problem focused coping* efektif dalam meningkatkan motivasi belajar, diterima karena adanya pengaruh yang signifikan, dan  $H_0$  yang mengatakan bahwa strategi *problem focused coping* tidak efektif dalam meningkatkan motivasi belajar, ditolak.

Selain teruji secara statistik, keberhasilan *problem focused coping* juga teruji secara literatur yang dibuktikan dari hasil penelitian-penelitian yang dilakukan sebelumnya oleh beberapa peneliti. Keefektifan *problem focused coping* menyelesaikan masalah terkhusus dalam bidang akademik relevan

dengan penelitian yang pernah dilakukan oleh Nurhamida Sulaiman dengan judul skripsi “Penerapan *Problem Focused Coping* (PFC) Untuk Menurunkan Stress Akademik Siswa di SMA Negeri 1 Anggeraja. Ditemukan hasil bahwa *problem focused coping* dapat menurunkan secara signifikan stress akademik siswa di SMA Negeri 1 Pinrang. Selain itu, terdapat jurnal yang ditulis oleh Sutoro Tri Raharjo dan Sowanya Ardi Prahara yang berjudul “Mahasiswa Yang Bekerja: *Problem Focused Coping* Dengan *Academic Burnout*”. Ditemukan hasil bahwa semakin tinggi *problem focused coping* yang dimiliki oleh mahasiswa yang bekerja maka cenderung semakin rendah potensi mengalami *academic burnout*. Jurnal yang ditulis oleh Nurul Azmi Saragih dan Dwi Novita Sari yang berjudul “Hubungan *Coping Stress* Dengan Motivasi Belajar Mahasiswa Prodi BK Pada Mata Kuliah Statistika” pada tahun 2019.<sup>54</sup> Hasil penelitian menunjukkan bahwa *coping stress* memiliki korelasi terhadap motivasi belajar. Semakin meningkatnya *coping stress* maka akan meningkat motivasi belajar mahasiswa pada mata kuliah statistika, sebaliknya semakin menurun *coping stress* maka akan menurun motivasi belajar mahasiswa pada mata kuliah statistika. Terdapat juga pada skripsi yang ditulis oleh Humairo Ummu Syarifah yang berjudul “Hubungan Strategi *Coping Stress* Dengan Motivasi Belajar Pada Siswa SMAN 96 Jakarta Barat Dalam Pembelajaran Jarak Jauh Selama Masa Pandemi” tahun 2020.<sup>55</sup> Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara strategi *coping* dengan motivasi belajar dengan nilai korelasi sebesar 0,719. Adapun jurnal yang ditulis

---

<sup>54</sup> Saragih and Sari, “Hubungan Coping Stress Dengan Motivasi Belajar Mahasiswa Prodi BK Pada Mata Kuliah Statistika.”

<sup>55</sup> Syarifah, “Hubungan Strategi Coping Stress Dengan Motivasi Belajar Pada Siswa SMAN 96 Jakarta Barat Dalam Pembelajaran Jarak Jauh Selama Masa Pandemi.”

oleh Nurul Azmi Saragih dan Novita Sari yang berjudul “Analisis Coping Stress Dalam Motivasi Belajar Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling Pada Mata Kuliah Statistika” tahun 2019.<sup>56</sup> Hasil penelitian menunjukkan bahwa semakin meningkatnya coping stress yang diberikan maka akan semakin meningkat pula motivasi belajar mahasiswa pada mata kuliah statistika, begitupun sebaliknya semakin menurun coping stress maka akan menurun juga motivasi belajar mahasiswa pada mata kuliah statistika.

Berdasarkan hal tersebut, faktor  $H_a$  diterima karena strategi *problem focused coping* efektif dalam meningkatkan motivasi belajar pada siswa-siswi di UPT SMA Negeri 1 Pinrang.

---

<sup>56</sup> Saragih and Sari, “Hubungan Coping Stress Dengan Motivasi Belajar Mahasiswa Prodi BK Pada Mata Kuliah Statistika.”

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Simpulan**

Berdasarkan analisis yang telah diuraikan pada skripsi yang membahas efektivitas *problem focused coping* dalam meningkatkan motivasi belajar terhadap siswa-siswi di UPT SMA Negeri 1 Pinrang maka dapat disimpulkan bahwa pelatihan strategi *problem focused coping* efektif dalam meningkatkan motivasi belajar.

#### **B. Saran**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa motivasi belajar yang rendah dapat meningkat. Rekomendasi dari peneliti ialah motivasi belajar perlu dipertahankan dan bahkan perlu ditingkatkan lagi. Untuk menginisiasi hal tersebut, maka peran pendidik dan terlebih lagi kepada siswa-siswi sangat dibutuhkan.

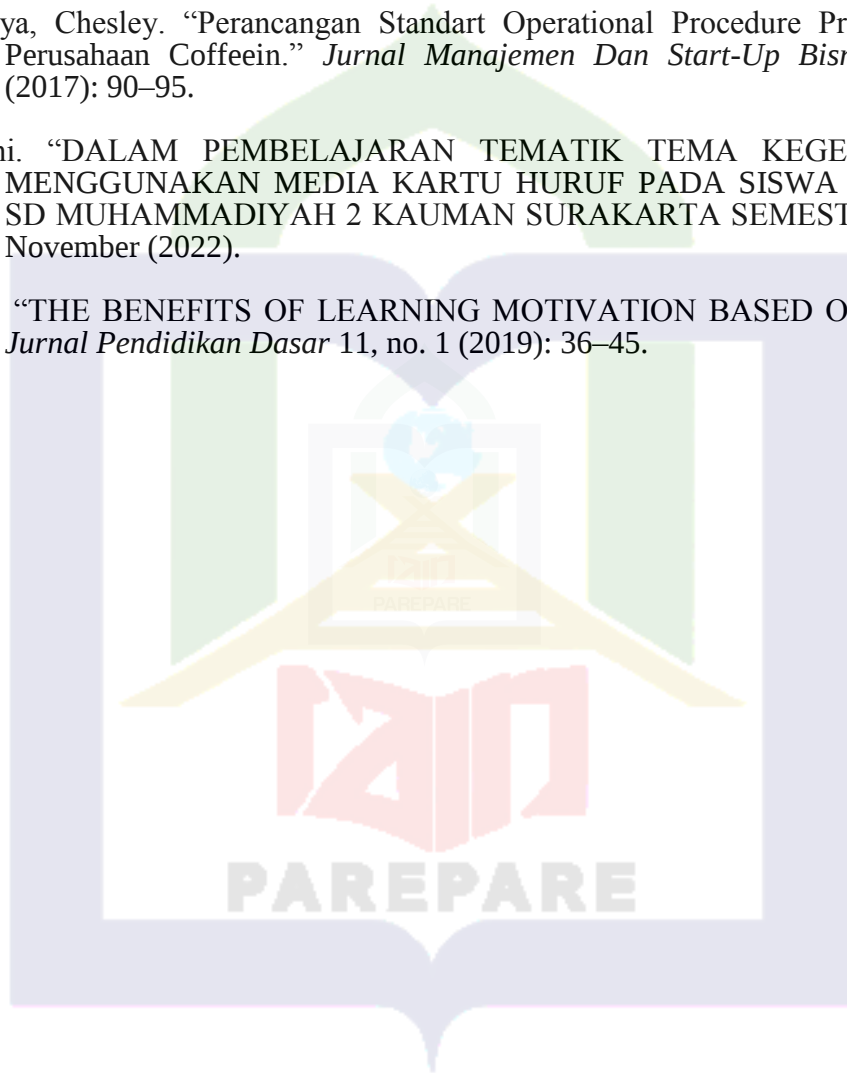
## DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, Menik Tetha, and Danang Afi Kurniawan. "Motivasi Belajar Mahasiswa Di Masa Pandemi Covid-19." *Jurnal Psikologi Perseptual* 5, no. 2 (2020): 120. <https://doi.org/10.24176/perseptual.v5i2.5168>.
- Alawiyah, Susi. "Manajemen Stress Dan Motivasi Belajar Siswa Pada Era Disrupsi." *Al-Idarah: Jurnal Kependidikan Islam* 10, no. 2 (2020): 211–21. <http://ejournal.radenintan.ac.id/index.php/idaroh>.
- Anugraheni, Alfira Rahmi, Chainisa Ayu Seprina, Shanti Putri Paramitasari, Vinny Kurnia Vionita, and Aftina Nurul Husna. "Skala Motivasi Belajar : Konstruksi Dan Analisis Psikometri." *Proceeding of The URECOL* 1, no. 10 (2019): 66–69. <http://repository.urecol.org/index.php/proceeding/article/view/642>.
- Arifaini, M Zidan, Universitas Trunojoyo Madura, and Kec Kamal. "PERAN KOMUNIKASI GURU DALAM MENINGKATKAN SEMANGAT BELAJAR SISWA DI LINGKUNGAN SEKOLAH." *Jurnal Media Akademik* 2, no. 1 (2024): 135–45.
- Bakhtiar, Muhammad Ilham, and Dan Asriani. "Effectiveness Strategy of Problem Focused Coping and Emotion Focused Coping in Improving Stress Management Student of Sma Negeri 1 Barru." *GUIDENA: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan Dan Konseling* 5, no. 2 (2015): 69–82.
- Baso, Oleh, and Intang Sappaile. "Pembobotan Butir Pernyataan Dalam Bentuk Skala Likert Dengan Pendekatan Distribusi Z." *Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan* 13, no. 064 (2007): 1–8.
- Budiaji, Weksi, Dosen Fakultas, Pertanian Universitas, Ageng Tirtayasa, Jl Raya, Jakarta Km, and Pakupatan Serang Banten. "SKALA PENGUKURAN DAN JUMLAH RESPON SKALA LIKERT (The Measurement Scale and The Number of Responses in Likert Scale)." *Jurnal Ilmu Pertanian Dan Perikanan Desember* 2, no. 2 (2019): 125–31. <http://umbidharma.org/jipp>.
- Cleopatra, Maria. "PENGARUH GAYA HIDUP DAN MOTIVASI BELAJAR TERHADAP" 5, no. 2 (2015): 168–81.
- Darwati, Yuli. "Coping Stress Dalam Perspektif Al Qur'an." *Spiritualita* 6, no. 1 (2022): 1–16. <https://doi.org/10.30762/spiritualita.v6i1.295>.
- Fiteriani, Ida. "Membudayakan Iklim Semangat Belajar." *TERAMPIL: Jurnal Pendidikan Dan ...* 2, no. 1 (2015): 115–25. <http://www.ejournal.radenintan.ac.id/index.php/terampil/article/view/1286>.
- Hanan, Drs H Abdul. "Meningkatkan Motivasi Belajar Bimbingan Konseling Siswa Kelas VIII.C Melalui Bimbingan Kelompok Semester Satu Tahun Pelajaran

- 2015/2016.” *Jurnal Ilmiah Mandala Education* 3, no. 1 (2017): 62–72.
- Harahap, Ade Citra Putri, Asih Anggina, and dkk. “Faktor-Faktor Pendukung Dan Penghambat Semangat Belajar.” *Jurnal Pengabdian Masyarakat* 4, no. 2 (2024): 579–84. <https://doi.org/10.47467/elmujtama.v4i2.4066>.
- Herawati. “Memahami Proses Belajar Anak.” *Jurnal UIN Ar-Raniry Banda Aceh* 4, no. 1 (2018): 27–48. <https://jurnal.ar-raniry.ac.id/index.php/bunayya/article/view/4515>.
- Idris, Idriani, and Abdulah Pandang. “Efektivitas Problem Focused Coping Dalam Mengatasi Stress Belajar Siswa Pada Pelajaran Matematika.” *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Konseling: Jurnal Kajian Psikologi Pendidikan Dan Bimbingan Konseling* 4, no. 1 (2018): 63. <https://doi.org/10.26858/jpkk.v4i1.5896>.
- Indawati, and Nanik Kholifah. “Hubungan Antara Optimisme Dengan Problem Focused Coping Pada Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi.” *Jurnal Psikologi* 4, no. 1 (2017): 19–25.
- Ir. Syofian Siregar, M.M. *Metode Penelitian Kuantitatif*. Jakarta: Kencana Prenadamedia Group, 2013. <http://www.prenadamedia.com>.
- Jainiyah, Jainiyah, Fuad Fahrudin, Ismiasih Ismiasih, and Mariyah Ulfah. “Peranan Guru Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa.” *Jurnal Multidisiplin Indonesia* 2, no. 6 (2023): 1304–9. <https://doi.org/10.58344/jmi.v2i6.284>.
- Mahyuni, Sharipuddin, and Martono. “Perancangan Sistem Pengolahan Data Pada SMA Negeri 6 Kabupaten Tebo.” *Jurnal Ilmiah Media SISFO* 8, no. 3 (2014): 180–87.
- Maryam, Siti. “Strategi Coping: Teori Dan Sumberdayanya.” *Jurnal Konseling Andi Matappa* 1, no. 2 (2017): 101.
- Muhaemin B. “Urgensi Motivasi Dalam Meningkatkan Semangat Belajar Siswa.” *Adabiyah* XIII (2013): 47–54. <http://journal.uin-alauddin.ac.id/index.php/adabiyah/article/view/321>.
- Nabila, D, and R D Ariyanto. “Sinema Edukasi: Sebuah Gagasan Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa SMA Melalui Tayangan Film.” *Prosiding SEMDIKJAR (Seminar ...)*, 2022, 751–61. <https://proceeding.unpkediri.ac.id/index.php/semdikjar/article/view/2013>.
- Nasril, Nasril Nasar. “Urgensi Mindset Tumbuh (Growth Mindset) Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Peserta Didik.” *SALIHA: Jurnal Pendidikan & Agama Islam* 6, no. 2 (2023): 355–69. <https://doi.org/10.54396/saliha.v6i2.694>.
- Nurmala, Desy Ayu, Lulup Endah Tripalupi, Naswan Suharsono, Jurusan Pendidikan

- Ekonomi, and Universitas Pendidikan Ganesha. "Pengaruh Motivasi Belajar Dan Aktivitas Belajar Terhadap Hasil Belajar Akuntansi," no. 1 (2014).
- Oktavia, Lusi, and Maemonah Maemonah. "Penerapan Teori Belajar Behavioristik B.F Skinner Dalam Memotivasi Siswa Pada Pembelajaran PAI Di Sekolah Dasar." *Instructional Development Journal* 5, no. 1 (2022): 53. <https://doi.org/10.24014/idj.v5i1.19285>.
- Pradana, I Gusti Ngurah Ade, and Luh Kadek Pande Ary Susilawati. "Peran Problem Focused Coping Dan Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Kecemasan Remaja SMA Yang Akan Menempuh Ujian Nasional." *Psikologi Udayana* 000, no. 2010 (2019): 1–11.
- Raharjo, Sutoro Tri, and Sowanya Ardi Prahara. "Mahasiswa Yang Bekerja: Problem Focused Coping Dengan Academic Burnout." *Jurnal Sudut Pandang (JSP) EISSN* 2, no. 12 (2022): 2798–5962. <https://doi.org/10.55314/jsp.v2i12>.
- RAMADHANTI, ZAFIRA, and Budi Purwoko. "Penerapan Teknik Logoterapi Untuk Meningkatkan Efikasi Diri Peserta Didik Di Smpn 29 Gresik Bidang Akademik." *Jurnal BK UNESA* 11, no. 3 (2020).
- Roy, Setiawan. "Analisis Pengaruh Faktor Kemampuan Dosen, Motivasi Belajar Ekstrinsik Dan Intrinsik Mahasiswa, Serta Lingkungan Belajar Terhadap Semangat Belajar Mahasiswa Di Departemen Matakuliah Umum Universitas Kristen Petra." *Jurnal Mitra Ekonomi Dan Manajemen Bisnis* 1, no. 2 (2010): 229–44.
- Rusli, RK, and MA Kholik. "Teori Belajar Dalam Psikologi Pendidikan." *Jurnal Sosial Humaniora ISSN* 4, no. 2 (2013): 62–67.
- S.Lazarus, Richard, and Susan Folkam. *Stress, Appraisal and Coping*. New York: Springer Publishing Company, 1984.
- Salim, Nur, Moh Nasuka, and M. Novailul Abid. "Upaya Meningkatkan Motivasi Belajar, Aktivitas Belajar Dan Prestasi Belajar Melalui Strategi Direct Instruction." *Jurnal At-Tarbiyat : Jurnal Pendidikan Islam* 3, no. 1 (2018): 67–85. <https://doi.org/10.37758/jat.v3i1.202>.
- Samsudin, Mohamad. "Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Belajar." *Islamic Education Journal* 2, no. September (2020): 162–86.
- Saragih, N A, and D N Sari. "Analisis Coping Stress Dalam Motivasi Belajar Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling Pada Mata Kuliah Statistika." *Prosiding Seminar Nasional ...*, 2019.
- Saragih, Nurul Azmi, and Dwi Novita Sari. "Hubungan Coping Stress Dengan Motivasi Belajar Mahasiswa Prodi BK Pada Mata Kuliah Statistika." *Biblio Couns : Jurnal Kajian Konseling Dan Pendidikan* 2, no. 2 (2019): 89–96. <https://doi.org/10.30596/bibliocouns.v2i2.3256>.

- Suharni, Suharni. "Upaya Guru Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa." *G-Couns: Jurnal Bimbingan Dan Konseling* 6, no. 1 (2021): 172–84. <https://doi.org/10.31316/g.couns.v6i1.2198>.
- Syarifah, Humairoh Ummu. "Hubungan Strategi Coping Stress Dengan Motivasi Belajar Pada Siswa SMAN 96 Jakarta Barat Dalam Pembelajaran Jarak Jauh Selama Masa Pandemi," 2020.
- Tanujaya, Chesley. "Perancangan Standart Operational Procedure Produksi Pada Perusahaan Coffeein." *Jurnal Manajemen Dan Start-Up Bisnis* 2, no. 1 (2017): 90–95.
- Winarni. "DALAM PEMBELAJARAN TEMATIK TEMA KEGEMARANKU MENGGUNAKAN MEDIA KARTU HURUF PADA SISWA KELAS I-A SD MUHAMMADIYAH 2 KAUMAN SURAKARTA SEMESTER I" 2, no. November (2022).
- Zaitun. "THE BENEFITS OF LEARNING MOTIVATION BASED ON LOCAL." *Jurnal Pendidikan Dasar* 11, no. 1 (2019): 36–45.



# LAMPIRAN



### Lamiran 1: Instrumen Penelitian

|                                                                                   |                                                                                                                                                                                                         |
|-----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <b>KEMENTRIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA</b><br><b>INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PAREPARE</b><br><b>FAKULTAS USHULUDDIN ADAB DAN DAKWAH</b><br><b>Jl. Amal Bakti No. 8 Soreang 91131 Telp. (0421) 21307</b> |
|                                                                                   | <b>Instrumen Penelitian</b>                                                                                                                                                                             |

NAMA :

KELAS :

JENIS KELAMIN :

#### PETUNJUK PENGISIAN:

1. Bacalah pernyataan dengan teliti
2. Isilah salah satu jawaban menurut pendapat Anda dengan memberi tanda (√) pada tempat yang disediakan.
3. Isilah angket sesuai dengan pendapat Anda.
4. Bila ada yang kurang dimengerti dapat ditanya kepada peneliti.
5. Keterangan pilihan jawaban

SS : Sangat Setuju

S : Setuju

RR : Ragu-Ragu

TS : Tidak Setuju

STS : Sangat Tidak Setuju

| No. | Pernyataan                                            | SS | S | RR | TS | STS |
|-----|-------------------------------------------------------|----|---|----|----|-----|
| 1.  | Menurut saya, belajar merupakan sesuatu yang penting. |    |   |    |    |     |
| 2.  | Saya menyadari bahwa belajar merupakan kewajiban.     |    |   |    |    |     |
| 3.  | Saya hanya belajar ketika ada tekanan dari luar.      |    |   |    |    |     |
| 4.  | Saya sering membolos.                                 |    |   |    |    |     |
| 5.  | Saya membuat jadwal untuk belajar.                    |    |   |    |    |     |
| 6.  | Saya tidak memahami pencapaian dalam belajar.         |    |   |    |    |     |
| 7.  | Apapun keadaannya, saya tetap belajar.                |    |   |    |    |     |

|     |                                                                            |  |  |  |  |  |
|-----|----------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|--|
| 8.  | Saya akan membuat catatan pribadi ketika mendapatkan ilmu baru.            |  |  |  |  |  |
| 9.  | Saya mudah bosan ketika sedang belajar.                                    |  |  |  |  |  |
| 10. | Bagi saya belajar bukanlah kewajiban.                                      |  |  |  |  |  |
| 11. | Saya menunda belajar sampai diingatkan.                                    |  |  |  |  |  |
| 12. | Saya akan lebih giat belajar jika hasil ujian buruk.                       |  |  |  |  |  |
| 13. | Saya merasa kesal ketika hasil ujian buruk.                                |  |  |  |  |  |
| 14. | Saya belajar tidak terikat jadwal.                                         |  |  |  |  |  |
| 15. | Saya lebih senang ketika bercanda bersama teman-teman.                     |  |  |  |  |  |
| 16. | Saya mencari banyak buku untuk pegangan belajar secara mandiri.            |  |  |  |  |  |
| 17. | Saya tidak berusaha secara maksimal untuk mencapai target yang diinginkan. |  |  |  |  |  |

|     |                                                                                  |  |  |  |  |  |
|-----|----------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|--|
| 18. | Saya berinisiatif menciptakan suasana belajar yang nyaman.                       |  |  |  |  |  |
| 19. | Saya belajar karena dipaksa orang lain.                                          |  |  |  |  |  |
| 20. | Saya mudah putus asa dalam usaha memahami materi yang sulit.                     |  |  |  |  |  |
| 21. | Saya menyelesaikan tugas dengan tidak maksimal.                                  |  |  |  |  |  |
| 22. | Saya senang mempelajari kembali materi yang telah diajarkan.                     |  |  |  |  |  |
| 23. | Saya kehilangan kepercayaan diri ketika mengalami kegagalan menyelesaikan tugas. |  |  |  |  |  |
| 24. | Saya yakin bahwa kesalahan adalah proses untuk berkembang menjadi lebih baik.    |  |  |  |  |  |

Lampiran 2: Modul Pelatihan *Problem Focused Coping*

# MODUL PELATIHAN

Problem Focused Coping Dalam  
Meningkatkan Motivasi Belajar  
Pada Siswa

**Penyusun:**

**Nama : Juria Dewi**

**NIM : 19.3200.028**

**Prodi : Bimbingan Konseling Islam**

**MODUL PELATIHAN**  
***PROBLEM FOCUSED COPING* DALAM**  
**MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR PADA**  
**SISWA**



**JURIA DEWI**  
**19.3200.028**

**FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH**  
**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PAREPARE**

## KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Puji Syukur penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT yang senantiasa memberikan karunia-Nya sehingga modul pelatihan dapat terselesaikan. Modul dengan judul “*Problem Focused Coping* Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Bagi Siswa” ini disusun untuk melengkapi panduan penelitian yang penulis lakukan.

Adanya masalah belajar yang sering dialami oleh siswa-siswi akan mempengaruhi motivasi siswa untuk belajar, sehingga siswa dengan motivasi belajar yang rendah akan menjadikan siswa cenderung kurang bersemangat, malas, hingga mengalami penurunan prestasi akademik. Modul ini menggunakan strategi *problem focused coping* yang merupakan salah satu bagian dari strategi coping. Modul ini terbagi menjadi tiga modul, diantaranya:

1. **Modul I: *Exercise Caution***
2. **Modul II: *Negotiation***
3. **Modul III: *Instrumental Action***

Kami berharap modul ini mampu menjadi salah satu pedoman untuk menerapkan *problem focused coping* guna meningkatkan motivasi belajar pada siswa. Sebagai penulis, kami sadar bahwa modul ini dapat disempurnakan selanjutnya, masukan dari para pembaca sangat kami harapkan untuk perbaikan modul ini. Terima kasih.

Pinrang, 9 Desember 2024

Penulis

## DAFTAR ISI

HALAMAN  
JUDUL KATA  
PENGANTAR  
DAFTAR ISI  
PENDAHULUA  
N

ANALISIS KEBUTUHAN STRATEGI *PROBLEM FOCUSED COPING*

TEMA

TUJUAN

PELATIHAN

SASARAN

MODUL I : *Exercise*  
*Caution*

MODUL II : *Negotiation*

MODUL III : *Instrumental*  
*Action*

Daftar Pustaka

## PENDAHULUAN

Motivasi merupakan syarat mutlak dalam belajar, seorang siswa yang belajar tanpa motivasi tidak akan berhasil dengan maksimal. Motivasi dalam belajar merupakan faktor penting untuk mencapai keberhasilan dalam akademik. Seorang siswa yang memiliki motivasi belajar yang tinggi akan mendorong siswa tersebut untuk aktif dan tekun dalam menghadapi tantangan akademik, mengejar pengetahuan baru, dan meraih pencapaian dalam pembelajaran. Sedangkan siswa yang memiliki motivasi belajar yang rendah akan menjadikan siswa malas untuk belajar, bingung tentang arah karir yang ingin diambil, tidak nyaman dalam pembelajaran, ketidakjelasan rencana studi hingga mengalami gangguan kesehatan mental seperti cemas, depresi atau stress dalam belajar. Masalah-masalah tersebut akhirnya menjadi suatu hambatan bagi siswa dalam proses pembelajaran. Untuk mengatasi hambatan motivasi belajar tersebut, penting untuk mengidentifikasi penyebabnya secara spesifik dan mencari solusi yang sesuai agar siswa kembali termotivasi untuk belajar.

Salah satu strategi yang dapat digunakan untuk mengatasi hambatan tersebut adalah dengan menggunakan Strategi *Coping*. Strategi *Coping* merujuk pada cara individu menghadapi dan mengatasi stress, tekanan atau tantangan dalam kehidupan termasuk dalam kehidupan atau bidang akademik. Ada berbagai strategi *coping* yang dapat digunakan siswa untuk mengelola emosi, mengatasi situasi sulit dan menjaga kesehatan mentalnya. Salah satu strategi *coping* yang dapat digunakan adalah strategi *problem focused coping* atau biasa disingkat dengan PFC. Strategi *problem focused coping* merupakan strategi yang difokuskan pada penyelesaian atau penanganan langsung terhadap masalah yang dihadapi oleh individu.

Menerapkan *problem focused coping* melibatkan upaya aktif untuk mengatasi masalah dan menyelesaikan tantangan. Dengan menghadapi masalah secara langsung, individu dapat merasa lebih berdaya, dapat meningkatkan rasa kontrol dan

keyakinan mereka untuk mengatasi hambatan akademis. *Problem Focused Coping* dapat dianggap sebagai alat yang efektif dalam membantu mereka menghadapi masalah-masalah ini secara langsung, meningkatkan daya tahan, dan memotivasi mereka untuk terlibat dalam proses pembelajaran. Hubungan antara *problem focused coping* dan motivasi belajar dapat dijelaskan dalam konteks bagaimana individu menerapkan strategi pemecahan masalah ini untuk mempengaruhi motivasi mereka dalam proses pembelajaran.

Menerapkan *problem focused coping* melibatkan upaya aktif untuk mengatasi masalah dan menyelesaikan tantangan. Dengan menghadapi masalah secara langsung, individu dapat merasa lebih berdaya, dapat meningkatkan rasa kontrol dan keyakinan mereka untuk mengatasi hambatan akademis. *Problem focused coping* berpengaruh terhadap tingkat ketekunan dan konsentrasi siswa dalam mengatasi tugas-tugas belajar. Keberhasilan dari penerapan strategi *problem focused coping* ini dalam bidang akademik pernah diterapkan pada beberapa riset dan penelitian sebelumnya. Beberapa diantaranya adalah efektivitas *problem focused coping* dalam mengatasi stress belajar siswa pada pelajaran matematika.<sup>57</sup> *Problem focused coping* juga dapat digunakan untuk mengatasi *burnout academic* terhadap mahasiswa.<sup>58</sup> Selain itu, strategi ini mampu meningkatkan motivasi belajar mahasiswa.<sup>59</sup> Dapat juga mengatasi kecemasan yang dialami oleh siswa SMA dalam menghadapi ujian akademik.<sup>60</sup> Serta mampu digunakan dalam manajemen

---

<sup>57</sup> Idriani Idris and Abdulah Pandang, "Efektivitas Problem Focused Coping Dalam Mengatasi Stress Belajar Siswa Pada Pelajaran Matematika," *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Konseling: Jurnal Kajian Psikologi Pendidikan Dan Bimbingan Konseling* 4, no. 1 (2018): 63, <https://doi.org/10.26858/jpkk.v4i1.5896>.

<sup>58</sup> Sutoro Tri Raharjo and Sowanya Ardi Prahara, "Mahasiswa Yang Bekerja: Problem Focused Coping Dengan Academic Burnout," *Jurnal Sudut Pandang (JSP) EISSN* 2, no. 12 (2022): 2798–5962, <https://doi.org/10.55314/jsp.v2i12>.

<sup>59</sup> Nurul Azmi Saragih and Dwi Novita Sari, "Hubungan Coping Stress Dengan Motivasi Belajar Mahasiswa Prodi BK Pada Mata Kuliah Statistika," *Biblio Couns : Jurnal Kajian Konseling Dan Pendidikan* 2, no. 2 (2019): 89–96, <https://doi.org/10.30596/bibliocouns.v2i2.3256>.

<sup>60</sup> I Gusti Ngurah Ade Pradana and Luh Kadek Pande Ary Susilawati, "Peran Problem Focused Coping Dan Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Kecemasan Remaja SMA Yang Akan Menempuh Ujian Nasional," *Psikologi Udayana* 000, no. 2010 (2019): 1–11.

stress untuk memotivasi belajar siswa SMK.<sup>61</sup> Sehingga, strategi ini efektif untuk meningkatkan motivasi belajar karena membantu siswa mengatasi tantangan belajar secara konstruktif.

Dengan memahami strategi *problem focused coping* dapat mengatasi berbagai masalah akademik. Maka, modul ini disusun untuk memahami dan menggali informasi mengenai “Efektivitas *Problem Focused Coping* Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Pada Siswa”. Oleh karena itu, modul ini diharapkan mampu menjadi pedoman pelatihan untuk meningkatkan motivasi belajar siswa.

### **ANALISIS KEBUTUHAN STRATEGI *PROBLEM FOCUSED COPING***

Strategi *problem focused coping* adalah proses memahami kebutuhan individu dalam menyelesaikan masalah dengan berfokus pada tindakan nyata untuk menyelesaikan sumber masalahnya. *Problem focused coping* menjadi strategi yang berusaha menghilangkan atau mengurangi sumber masalah secara langsung melalui pemecahan masalah, pengambilan keputusan, atau perubahan perilaku. Dalam bidang akademik, strategi ini seringkali digunakan untuk mengatasi masalah belajar pada siswa diantaranya masalah motivasi belajar, prokrastinasi akademik, *burnout* ketika belajar, hingga stress akademik. Hal ini disebabkan karena aspek strategi *problem focused coping* mampu mendorong individu untuk aktif mengambil tindakan terhadap masalah yang dihadapi. Aspek tersebut menjadi usaha yang dapat membantu mengelola masalah yang dihadapi dengan cara fokus terhadap permasalahan dengan mempelajari keterampilan-keterampilan *negotiation*, *instrumental action*, dan *exercise caution*.<sup>62</sup> Ketiga aspek tersebut dapat mewakili variabel ukur *problem focused coping* dalam menyelesaikan suatu permasalahan.

<sup>61</sup> Susi Alawiyah, “Manajemen Stress Dan Motivasi Belajar Siswa Pada Era Disrupsi,” *Al-Idarah: Jurnal Kependidikan Islam* 10, no. 2 (2020): 211–21, <http://ejournal.radenintan.ac.id/index.php/idaroh>.

<sup>62</sup> Dwi Ari Sulistyowati, Y. Bagus Wismanto, and Cicilia Tanti Utami, “Hubungan Antara Kecerdasan Emosional Dan Optimisme Dengan Problem Focused Coping Pada Mahasiswa S1 Keperawatan Stikes Telogorejo Semarang,” *Prediksi* 4, no. 1 (2015): 11, <http://journal.unika.ac.id/index.php/pre/article/view/498>.

Hal tersebut sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh tokoh Aldwin C.M dan Revenson T.A bahwa aspek *problem focused coping* terdiri dari *negotiation*, *instrumental action* dan *exercise caution*.<sup>63</sup> Aspek-aspek tersebut dapat dikategorikan sebagai bagian dari pendekatan heterarki dalam mengatasi masalah tekanan belajar atau stress. Heterarki disini mengacu pada struktur yang tidak bertingkat atau bertahap, namun aspek tersebut berfungsi secara independen tetapi saling berkaitan untuk mencapai tujuan yang sama, yaitu menyelesaikan masalah belajar. Sehingga, pendekatan heterarki dalam aspek *problem focused coping* memberikan fleksibilitas dalam pemilihan strategi dan memungkinkan individu untuk menggunakan berbagai cara dalam menghadapi tekanan, sesuai dengan kebutuhan dan konteks spesifik mereka. Hal ini dibuktikan dari beberapa penelitian yang pernah dilakukan untuk menerapkan strategi *problem focused coping*. Beberapa diantaranya sebagai berikut:

Skripsi yang ditulis oleh Septi Sri Indah Sukasni pada tahun 2019 dengan judul “Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan *Problem Focused Coping* Pada Remaja Yang Tinggal di Panti Asuhan Budi Mulya Muhammadiyah Sukarame Bandar Lampung”. Dalam tulisannya, peneliti menempatkan aspek *exercise caution* atau *controless* diurutan pertama, kemudian aspek *instrumental action* diurutan kedua, lalu aspek *negotiation* diurutan terakhir.<sup>64</sup> Dalam skripsinya, peneliti juga menggunakan teori Aldwin dan Revenson untuk menentukan aspek *problem focused coping*.

Skripsi yang ditulis oleh Mochammad Farid pada tahun 2019 dengan judul “Hubungan Antara Kecerdasan Emosi Dengan *Problem Focused Coping* Siswa

---

<sup>63</sup> Aldwin, Carolyn M., and Tracey A. Revenson. "Does coping help? A reexamination of the relation between coping and mental health." *Journal of personality and social psychology* 53.2 (1987): 337.

<sup>64</sup> Septi Sri Indah Sukasni, “Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan *Problem Focused Coping* Pada Remaja Yang Tinggal Di Panti Asuhan Budi Mulya Muhammadiyah Sukarame Bandar Lampung” (Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, 2019).

Kelas VII MTS Bani Hasyim Gresik”.<sup>65</sup> Dalam tulisannya, peneliti juga menggunakan teori Aldwin dan Revenson bahwa aspek *problem focused coping* meliputi *controless*, *instrumental action*, dan *negotiation*.

Skripsi yang ditulis oleh Anas Kusyadi Kesuma dengan judul “Hubungan Antara Optimisme Dengan *Problem Focused Coping* Pada Mahasiswa Universitas Medan Area Fakultas Psikologi Yang Bekerja *Part Time*” tahun 2022.<sup>66</sup> Dalam skripsinya disebutkan bahwa aspek-aspek *problem focused coping* terdiri dari *negotiation*, *instrumental action*, dan *exercise caution*.

Jurnal yang ditulis oleh Yustina Pratiwi Nabit bersama M.K.P Abdy Keraf dan Dian Lestari Anakaka dengan judul “Strategi *Coping Stress* Pada Ibu *Single Parent* Pasca Ditinggal Suami Merantau” pada tahun 2019.<sup>67</sup> Dalam jurnal tersebut dituliskan bahwa aspek-aspek *problem focused coping* terdiri dari *exercised caution* (kehati-hatian), *instrumental action*, dan *negotiation*.

Jurnal yang ditulis oleh Dwi Ari Sulistyowati, Y. Bagus Wismanto, dan Cicilia Tanti Utami dengan judul “Hubungan Antara Kecerdasan Emosional dan Optimisme Dengan *Problem Focused Coping* Pada Mahasiswa S1 Keperawatan STIKES Telogorejo Semarang” pada tahun 2015.<sup>68</sup> Dalam jurnal tersebut peneliti menuliskan bahwa *negotiation*, *instrumental action*, dan *exercise caution* dapat mewakili variabel ukur *problem focused coping*.

Jurnal yang ditulis oleh Sutoro Tri Raharjo dan Sowanya Ardi Prahara

---

<sup>65</sup> Mochammad Farid, “Hubungan Antara Kecerdasan Emosi Dengan Problem Focused Coping Siswa Kelas VII MTS Bani Hasyim Gresik” (UIN Sunan Ampel Surabaya, 2019).

<sup>66</sup> A K Kesuma, “Hubungan Antara Optimisme Dengan Problem Focused Coping Pada Mahasiswa Universitas Medan Area Fakultas Psikologi Yang Bekerja Part Time,” 2022, <https://repository.uma.ac.id/handle/123456789/18096%0Ahttps://repository.uma.ac.id/jspui/bitstream/123456789/18096/4/178600032> - Anas Kusyadi Kesuma - Fulltext.pdf.

<sup>67</sup> Yustina Pratiwi Nabit, M.K.P Abdy Keraf, and Dian Lestari Anakaka, “Strategi Coping Stres Pada Ibu Single Parent Pasca Ditinggal Suami Merantau,” *Journal of Health and Behavioral Science* 1, no. 4 (2019): 241–61, <https://doi.org/10.35508/jhbs.v1i4.2108>.

<sup>68</sup> Sulistyowati, Wismanto, and Utami, “Hubungan Antara Kecerdasan Emosional Dan Optimisme Dengan Problem Focused Coping Pada Mahasiswa S1 Keperawatan Stikes Telogorejo Semarang.”

dengan judul “Mahasiswa Yang Bekerja: *Problem Focused Coping* Dengan *Academic Burnout*” pada tahun 2022.<sup>69</sup> Dalam jurnal tersebut disebutkan bahwa dimensi *problem focused coping* terdiri dari *controless* (kehati-hatian), *instrumental action* (tindakan instrumental), dan *negotiation* (negosiasi). Dimensi tersebut didasarkan oleh teori menurut Aldwin dan Revenson.

Oleh karena itu, berdasarkan rujukan beberapa literatur, terdapat tiga modul *problem focused coping* dalam upaya meningkatkan motivasi belajar, diantaranya:

### **MODUL I: EXERCISE CAUTION**

*Exercise caution* dalam strategi *problem focused coping* merupakan tahapan awal dalam menyelesaikan permasalahan. Tahap ini berfokus pada kehati-hatian individu mengambil keputusan untuk dijadikan solusi yang efektif. *Exercise caution* adalah langkah di mana individu mempertimbangkan berbagai alternatif pemecahan masalah sebelum mengambil tindakan. Terdapat dua sesi dalam tahap ini, diantaranya:

Sesi 1 : Analisis Situasi

Sesi 2 : Mencari Pendapat

### **MODUL II: NEGOTIATION**

*Negotiation* atau negosiasi dalam *problem focused coping* adalah usaha individu untuk melibatkan orang lain yang terlibat dalam masalah agar turut berpartisipasi dalam menyelesaikan masalah yang dialami. Tahap ini terdiri dari tiga sesi, diantaranya:

Sesi 1 : Mengidentifikasi masalah.

Sesi 2 : Persiapan merumuskan solusi.

---

<sup>69</sup> Raharjo and Prahara, “Mahasiswa Yang Bekerja: Problem Focused Coping Dengan Academic Burnout.”

### **MODUL III: INSTRUMENTAL ACTION**

*Instrumental action* dalam *problem focused coping* merupakan tahapan individu dalam mengambil tindakan secara nyata dalam menyelesaikan permasalahan. Tindakan instrumental adalah usaha yang dilakukan individu untuk merencanakan dan melaksanakan langkah- langkah yang secara langsung mengarah pada penyelesaian masalah. Tahap ini terbagi menjadi dua sesi, diantaranya:

Sesi 1 : Perencanaan Tindakan

Sesi 2 : Implementasi Rencana Tindakan

#### **TEMA**

Implementasi strategi *problem focused coping* dalam meningkatkan motivasi belajar pada siswa secara efektif dan efisien

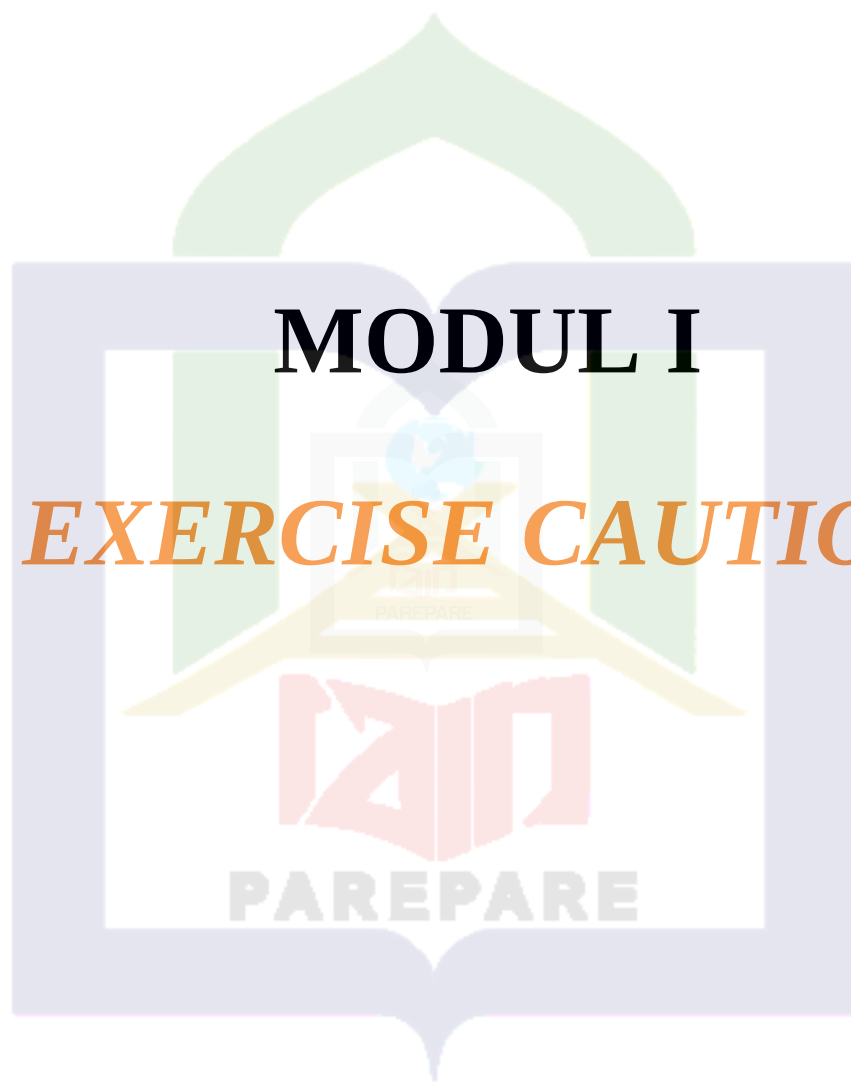
#### **TUJUAN PELATIHAN**

Pelatihan ini bertujuan untuk meningkatkan motivasi belajar pada siswa melalui strategi

*problem focused coping*

#### **SASARAN**

Adapun sasaran dari pelatihan ini yaitu siswa-siswi SMA kelas 12



# **MODUL I**

***EXERCISE CAUTION***

## SESI 1

### ANALISIS SITUASI

#### A. TUJUAN

1. Peserta sadar dan mampu memahami kondisi lingkungan yang ada disekitarnya baik itu lingkungan keluarga, sosial, pendidikan dan kebudayaan.
2. Peserta mampu memahami diri sendiri terkait hal-hal yang dapat dikendalikan dan yang tidak dapat dikendalikan.
3. Peserta mampu menilai kekuatan, kelemahan, peluang serta ancaman dalam mengambil sebuah keputusan dan tindakan untuk menyelesaikan permasalahan.

#### B. METODE DAN WAKTU

1. Presentasi: 45 menit
2. Tugas mengisi lembar kerja: 15 menit

## **C. ALAT BANTU**

1. Laptop
2. Proyektor
3. Lembar kerja

## **D. KEGIATAN**

1. Trainer memaparkan materi kepada peserta mengenai bagaimana cara-cara mengembangkan kemampuan untuk mengendalikan diri dengan mengenali hal-hal yang berada di dalam kendali diri dan di luar kendali diri sebagai tahap agar peserta sadar dan paham kondisi yang ada di lingkungan sekitarnya.
2. Trainer memberikan materi tentang Analisis SWOT kepada peserta sebagai upaya kehati-hatian peserta dalam mengambil keputusan jika kembali menghadapi masalah yang belajar yang

- serupa.
3. Trainer memberikan lembar kerja kepada peserta untuk mengevaluasi pemahaman peserta terkait materi yang telah dipaparkan.
  4. Trainer memandu peserta selama pengerjaan lembar kerja.
  5. Trainer menyimpulkan materi yang telah dipaparkan dan menutup pertemuan di sesi analisis situasi.

#### **E. MATERI**

Menurut Hurlock, kontrol diri berkaitan dengan bagaimana peserta mengendalikan emosi serta dorongan-dorongan yang terdapat dalam dirinya. Kontrol diri diperlukan untuk membantu peserta dalam mengatasi kemampuannya yang terbatas dan membantu mengatasi segala hal merugikan yang berasal dari luar kontrol diri. Terdapat dua faktor yang mempengaruhi kontrol diri yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal berarti faktor-faktor yang mampu peserta kendalikan sementara

faktor eksternal merupakan faktor-faktor yang tidak dapat dikendalikan oleh peserta.

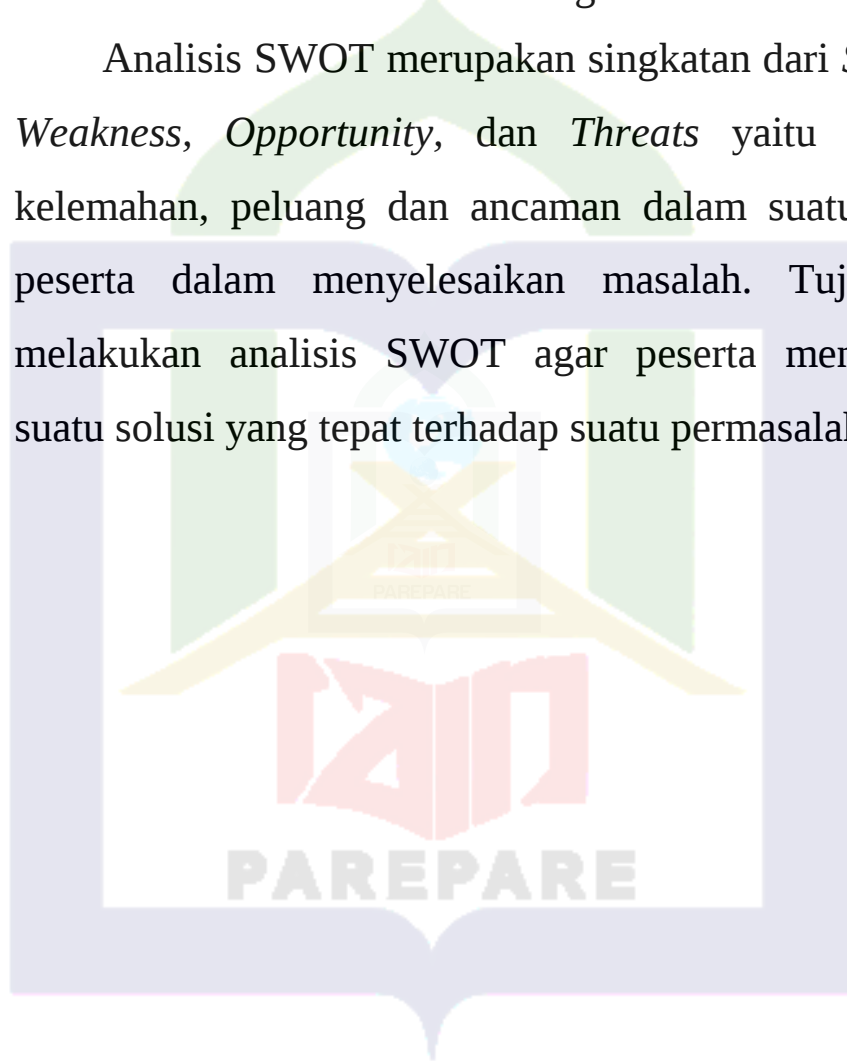
Ada tiga aspek yang dapat dikontrol oleh peserta yaitu kontrol perilaku (*behavioral control*), mengontrol kognisi atau mindset (*cognitive control*), dan mengontrol keputusan (*decisional control*). Sementara itu, aspek yang tidak dapat dikontrol oleh peserta yaitu pikiran orang lain, perilaku orang lain, keputusan orang lain, aksi seseorang di sosial media, cuaca, dan masih banyak lagi. Memahami hal tersebut memberikan pemahaman kepada peserta untuk membatasi perhatian peserta terhadap orang lain serta membantu peserta untuk membatasi keinginan untuk mengendalikan orang lain di lingkungannya.

Pemahaman terkait kontrol diri membantu peserta memiliki kemampuan untuk menyusun, mengatur, membimbing dan mengarahkan perilaku, pemikiran serta keputusan peserta kearah yang positif.

Sehingga dengan memiliki *mindset* dan kesadaran tersebut, peserta mampu memiliki *self control* dalam menyelesaikan masalah belajar yang dialami. Terdapat langkah setelah memiliki kesadaran terhadap kontrol diri

yaitu dengan menganalisis diri sendiri dengan mengenali lebih dalam terkait kekuatan diri, kelemahan diri, peluang yang dimiliki serta tantangan diri atau hidup yang dialami. Hal tersebut terkait mengenali analisis SWOT.

Analisis SWOT merupakan singkatan dari *Strengths*, *Weakness*, *Opportunity*, dan *Threats* yaitu kekuatan, kelemahan, peluang dan ancaman dalam suatu rencana peserta dalam menyelesaikan masalah. Tujuan dari melakukan analisis SWOT agar peserta mendapatkan suatu solusi yang tepat terhadap suatu permasalahan.



# LEMBAR KERJA 1

## ANALISIS SITUASI

Nama: \_\_\_\_\_ Kelas: \_\_\_\_\_

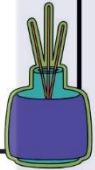
***Kontrol Diri***

Pemahaman dan perasaanku setelah menerima materi



Hari ini aku telah belajar

Hal-hal yang dapat kukendalikan



Hal-hal yang tidak dapat kukendalikan





## **SESI 2**

### **MENCARI PENDAPAT**

#### **A. TUJUAN**

1. Peserta mampu mengenali orang yang kompeten dalam memberikan saran dan solusi dari masalah yang dihadapi.
2. Peserta mampu mendengarkan berbagai pendapat dan saran dalam menyelesaikan permasalahan belajar yang jika dikemudian hari akan dialami kembali.

#### **B. METODE DAN WAKTU**

1. Discovery: 1 hari
2. Tugas mengisi lembar kerja: 10 menit

#### **C. ALAT BANTU**

Lembar Kerja

## D. KEGIATAN

Trainer mengarahkan peserta untuk mencari orang yang dapat dipercaya dan kompeten dalam membantu memberikan solusi ketika menghadapi masalah.



# LEMBAR KERJA 2

## MENCARI PENDAPAT

Nama :

Kelas :

### MENCARI PENDAPAT

ISILAH PERNYATAAN BERIKUT!

1. Ketika mendapat masalah, saya akan bercerita kepada

---

2.Saya yakin dengannya, karena

---

---

---

---

PAREPARE



# **MODUL II**

# **NEGOTIATION**

## **SESI 1**

### **MENGIDENTIFIKASI MASALAH**

#### **A. TUJUAN**

1. Peserta mampu memahami akar permasalahan yang dialami.
2. Peserta mampu mengidentifikasi jenis masalah yang paling mendesak dan berdampak jika tidak segera diatasi.
3. Peserta mampu meminimalisir kesalahan ketika mengambil solusi dalam memecahkan suatu masalah.

#### **B. METODE DAN WAKTU**

1. Presentasi : 45 menit
2. Tugas mengisi lembar kerja: 15 menit

#### **C. ALAT BANTU**

1. Laptop
2. Proyektor
3. Lembar kerja

## **D. KEGIATAN**

1. Trainer memberi edukasi kepada peserta terkait materi skala prioritas untuk memudahkan peserta dalam mengidentifikasi suatu masalah yang dialami.
2. Trainer membagikan lembar kerja kepada peserta setelah memaparkan materi.
3. Trainer menjelaskan tata cara pengisian lembar kerja.
4. Trainer menutup sesi identifikasi masalah ketika peserta telah mengisi lembar kerja.

## E. MATERI

Menentukan skala prioritas merupakan ukuran kebutuhan yang tersusun dalam daftar berdasarkan kebutuhan peserta yang dimulai dari kebutuhan paling mendesak sampai kebutuhan yang bersifat bisa ditunda. Skala prioritas mampu memberi manfaat kepada peserta, diantaranya terhindar dari perasaan tertekan, menjadikan tugas tidak menumpuk, maksimal dalam belajar, dapat menghargai waktu, memiliki banyak waktu luang untuk melakukan kegiatan lain, menentukan masalah apa yang dikerjakan lebih dulu, serta peserta akan memiliki tujuan yang dapat mencapai proses belajarnya.

Selain itu, melalui skala prioritas peserta akan sadar pentingnya waktu, terutama untuk meningkatkan efektivitas, efisiensi serta produktivitas. Membuat skala prioritas yang terdiri dari penting atau tidak penting serta mendesak atau tidak mendesak. Utamakan skala prioritas yang penting dan mendesak, penting tapi tidak mendesak, tidak penting tapi mendesak serta tidak penting dan tidak mendesak. Dengan menentukan skala prioritas yang telah diutamakan, peserta memilih masalah yang harus

diselesaikan terlebih dahulu lalu masalah yang sifatnya dapat ditunda dulu untuk diselesaikan dengan catatan telah dibuatkan *to do list* agar masalah dapat diselesaikan secara maksimal dan tersusun secara rapi dan bertanggung jawab.



## **SESI 2**

# **PENDEKATAN DIALOGIS DALAM MENENTUKAN KESEPAKATAN**

### **A. TUJUAN**

1. Peserta mampu menjalin kolaborasi, baik dalam konteks interpersonal maupun sosial.
2. Peserta mampu menjalin komunikasi yang produktif dan saling menghormati kepada pihak yang terlibat dalam mengusulkan solusi pemecahan masalah.
3. Peserta mampu memahami sudut pandang dan perspektif dari pihak yang terlibat dalam menyelesaikan masalah.
4. Peserta mampu mempertimbangkan solusi yang telah diusulkan dan menentukan solusi mana yang akan digunakan untuk menyelesaikan masalah yang dihadapi.

## B. METODE DAN WAKTU

Forum Grup Diskusi (FGD) : 45 menit

## C. ALAT BANTU

Lembar Kerja

## D. KEGIATAN

1. Trainer mengarahkan peserta untuk mempresentasikan solusi yang akan digunakan dalam memecahkan permasalahan yang dihadapi.
2. Trainer memandu peserta untuk mengisi lembar kerja.
3. Trainer menutup taha *negotiation* jika peserta telah mengisi lembar kerja.

## LEMBAR KERJA 3

### PENDEKATAN DIALOGIS DALAM MENENTUKAN KESEPAKATAN

Nama:

Kelas:

**Tulislah jenis masalah yang kamu alami beserta solusi yang akan  
kamu lakukan**

| Masalah | Solusi |
|---------|--------|
|         |        |
|         |        |



# SESI 1

## PERENCANAAN TINDAKAN

### A. TUJUAN

Peserta mampu mempersiapkan diri mengambil langkah-langkah yang tepat untuk menyelesaikan masalah yang dialami.

### B. METODE DAN WAKTU

Tugas mengisi lembar kerja: 20 menit

### C. ALAT BANTU

Lembar Kerja

### D. KEGIATAN

Trainer membagikan lembar kerja kepada peserta dan memandu peserta terkait tata cara pengisian lembar kerja yang telah diberikan.

# LEMBAR KERJA 4

## PERENCANAAN TINDAKAN

Nama:

Kelas:

### 1. Tujuan Utama

Apa yang ingin kamu capai dalam pembelajaran?

.....

.....

.....

.....

### 2. Langkah-Langkah Tindakan

| No | Langkah Tindakan | Sumber Daya Yang Dibutuhkan |
|----|------------------|-----------------------------|
| 1  |                  |                             |

## **SESI 2**

### **IMPLEMENTASI RENCANA TINDAKAN**

#### **A. TUJUAN**

1. Peserta mampu mengimplementasikan rencana tindakan yang telah ditentukan.
2. Peserta mampu menyelesaikan masalah yang dialami.
3. Peserta mampu mengevaluasi rencana tindakan yang telah diimplementasikan.

#### **B. METODE DAN WAKTU**

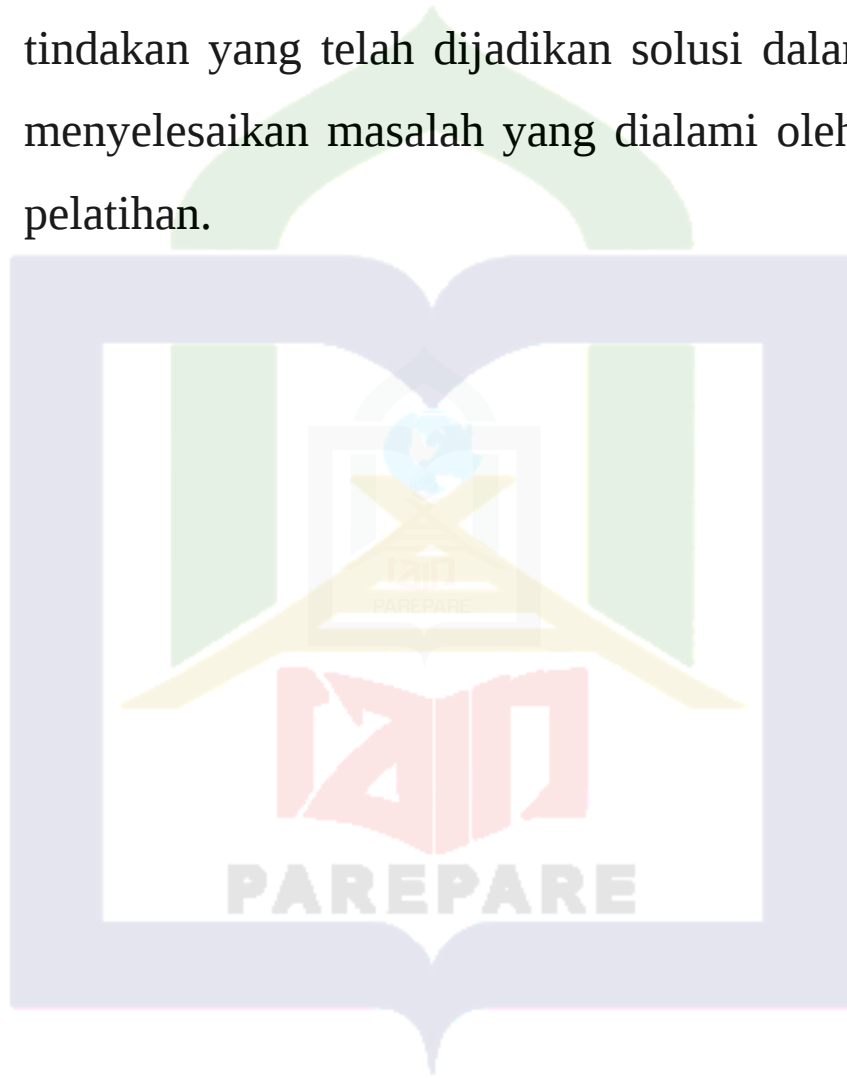
Discovery: 7 hari

#### **C. ALAT BANTU**

Lembar Kerja

## **D. KEGIATAN**

Trainer akan memberikan waktu kepada peserta untuk mengimplementasikan segala rencana tindakan yang telah dijadikan solusi dalam upaya menyelesaikan masalah yang dialami oleh peserta pelatihan.



# LEMBAR KERJA 5

## IMPLEMENTASI RENCANA

### TINDAKAN

Nama:

Kelas:

Berikan tanda (✓) pada aktivitas yang telah kamu lakukan selama sepekan

| Aktivitas         | Senin | Selasa | Rabu | Kamis | Jumat | Sabtu | Ahad | Ket |
|-------------------|-------|--------|------|-------|-------|-------|------|-----|
| Hobi              |       |        |      |       |       |       |      |     |
| Belajar           |       |        |      |       |       |       |      |     |
| Mengerjakan Tugas |       |        |      |       |       |       |      |     |
| Bermain           |       |        |      |       |       |       |      |     |
| Kegiatan Sosial   |       |        |      |       |       |       |      |     |

## DAFTAR PUSTAKA

- Alawiyah, Susi. "Manajemen Stress Dan Motivasi Belajar Siswa Pada Era Disrupsi." *Al-Idarah: Jurnal Kependidikan Islam* 10, no. 2 (2020): 211–21.  
<http://ejournal.radenintan.ac.id/index.php/idaroh>.
- Farid, Mochammad. "Hubungan Antara Kecerdasan Emosi Dengan Problem Focused Coping Siswa Kelas VII MTS Bani Hasyim Gresik." UIN Sunan Ampel Surabaya, 2019.
- Idris, Idriani, and Abdulah Pandang. "Efektivitas Problem Focused Coping Dalam Mengatasi Stress Belajar Siswa Pada Pelajaran Matematika." *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Konseling: Jurnal Kajian Psikologi Pendidikan Dan Bimbingan Konseling* 4, no. 1 (2018): 63. <https://doi.org/10.26858/jpkk.v4i1.5896>.
- Kesuma, A K. "Hubungan Antara Optimisme Dengan Problem Focused Coping Pada Mahasiswa Universitas Medan Area Fakultas Psikologi Yang Bekerja Part Time," 2022.  
<https://repository.uma.ac.id/handle/123456789/18096%0Ahttps://repository.uma.ac.id/jspui/bitstream/123456789/18096/4/178600032> - Anas Kusyadi Kesuma - Fulltext.pdf.
- Nabit, Yustina Pratiwi, M.K.P Abdy Keraf, and Dian Lestari Anakaka. "Strategi Coping Stres Pada Ibu Single Parent Pasca Ditinggal Suami Merantau." *Journal of Health and Behavioral Science* 1, no. 4 (2019): 241–61.  
<https://doi.org/10.35508/jhbs.v1i4.2108>.
- Pradana, I Gusti Ngurah Ade, and Luh Kadek Pande Ary Susilawati. "Peran Problem Focused Coping Dan Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Kecemasan Remaja SMA Yang Akan Menempuh Ujian Nasional." *Psikologi Udayana* 000, no. 2010 (2019): 1–11.

Raharjo, Sutoro Tri, and Sowanya Ardi Prahara. "Mahasiswa Yang Bekerja: Problem Focused Coping Dengan Academic Burnout." *Jurnal Sudut Pandang (JSP)* EISSN 2, no. 12 (2022): 2798–5962. <https://doi.org/10.55314/jsp.v2i12>.

Saragih, Nurul Azmi, and Dwi Novita Sari. "Hubungan Coping Stress Dengan Motivasi Belajar Mahasiswa Prodi BK Pada Mata Kuliah Statistika." *Bibliocouns : Jurnal Kajian Konseling Dan Pendidikan* 2, no. 2 (2019): 89–96. <https://doi.org/10.30596/bibliocouns.v2i2.3256>.

Sukasni, Septi Sri Indah. "Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Problem Focused Coping Pada Remaja Yang Tinggal Di Panti Asuhan Budi Mulya Muhammadiyah Sukarame Bandar Lampung." Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, 2019.

Sulistyowati, Dwi Ari, Y. Bagus Wismanto, and Cicilia Tanti Utami. "Hubungan Antara Kecerdasan Emosional Dan Optimisme Dengan Problem Focused Coping Pada Mahasiswa S1 Keperawatan Stikes Telogorejo Semarang." *Prediksi* 4, no. 1 (2015): 11. <http://journal.unika.ac.id/index.php/pre/article/view/498>.



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA**  
**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PAREPARE**  
**FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH**

Jalan Amal Bakil No. 8 Sorong, Kota Parepare 91132 Telepon (0421) 21307, Fax. (0421) 24404  
PO Box 909 Parepare 91100 website: [www.iainpare.ac.id](http://www.iainpare.ac.id), email: [mail@iainpare.ac.id](mailto:mail@iainpare.ac.id)

Nomor: B-1040/In.39/FUAD.03/PP.00.9/05/2023

Parepare, 10 Mei 2023

Hal : Surat Penetapan Pembimbing Skripsi

Kepada Yth. Bapak/Ibu:

1. Dr. Muhammad Qadarudin, M.Sos.I.
2. Emilia Mustary, M.Psi.

Di-

Tempat

*Assalamualaikum, Wr.Wb.*

Dengan hormat, menindaklanjuti penyusunan skripsi mahasiswa Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah IAIN Parepare dibawah ini:

|               |   |                                                                                                                                           |
|---------------|---|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| N a m a       | : | JURIA DEWI                                                                                                                                |
| NIM           | : | 19.3200.028                                                                                                                               |
| Program Studi | : | Bimbingan dan Konseling Islam                                                                                                             |
| Judul Skripsi | : | EFEKTIVITAS FOWSED PROBLEM DALAM<br>MENINGKATKAN SEMANGAT BELAJAR BAGI<br>KORPS HMI-WATI (KOHATI) HMI KOMISARIAT<br>HARAPAN KOTA PAREPARE |

Bersama ini kami menetapkan Bapak/Ibu untuk menjadi pembimbing skripsi pada mahasiswa yang bersangkutan.

Demikian Surat Penetapan ini disampaikan untuk dapat dilaksanakan dengan penuh rasa tanggung jawab. Kepada bapak/ibu di ucapkan terima kasih

*Wassalamu Alaikum Wr.Wb*



Dr. A. Nurhidam, M.Hum  
NIP. 19541231 199203 1 045

### Lampiran 3: Surat Izin Melaksanakan Penelitian Dari Kampus

 **KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA**  
**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PAREPARE**  
**FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH**  
Alamat : Jl. Amal Bakti No. 8, Soreang, Kota Parepare 91132 ☎ (0421) 21307 📠 (0421) 24404  
PO Box 909 Parepare 9110, website : [www.iainpare.ac.id](http://www.iainpare.ac.id) email: [mail.iainpare.ac.id](mailto:mail.iainpare.ac.id)

Nomor : B-3425/In.39/FUAD.03/PP.00.9/10/2024 14 Oktober 2024  
Sifat : Biasa  
Lampiran : -  
Hal : Permohonan Izin Pelaksanaan Penelitian

Yth. Kepala Sekolah UPT SMA Negeri 1 Pinrang  
di  
KAB. PINRANG

Assalamu Alaikum Wr. Wb.

Dengan ini disampaikan bahwa mahasiswa Institut Agama Islam Negeri Parepare :

|                          |                                                           |
|--------------------------|-----------------------------------------------------------|
| Nama                     | : JURIA DEWI                                              |
| Tempat/Tgl. Lahir        | : PINRANG, 09 Maret 2001                                  |
| NIM                      | : 19.3200.028                                             |
| Fakultas / Program Studi | : Ushuluddin, Adab dan Dakwah / Bimbingan Konseling Islam |
| Semester                 | : XI (Sebelas)                                            |
| Alamat                   | : MADIMENG KEC. PALETEANG KAB. PINRANG                    |

Bermaksud akan mengadakan penelitian di wilayah Kepala Sekolah UPT SMA Negeri 1 Pinrang dalam rangka penyusunan skripsi yang berjudul :

**EFEKTIVITAS PROBLEM FOCUSE COPYING DALAM MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR DI UPT SMA NEGERI 1 PINRANG**

Pelaksanaan penelitian ini direncanakan pada tanggal 14 Oktober 2024 sampai dengan tanggal 14 November 2024.

Demikian permohonan ini disampaikan atas perkenaan dan kerjasamanya diucapkan terima kasih.

Wassalamu Alaikum Wr. Wb.

Dekan,  
  
Dr. A. Nurkidam, M.Hum.  
NIP.196412311992031045

Tembusan :

1. Rektor IAIN Parepare

Page : 1 of 1, Copyright©afs 2015-2024 - (safitri) Dicitak pada Tgl : 14 Oct 2024 Jam : 14:22:57

**Lampiran 4: Surat Keterangan Penelitian Dari Dinas Penanaman Modal Dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Kabupaten Pinrang**

**PEMERINTAH KABUPATEN PINRANG**  
**DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU**  
**UNIT PELAYANAN TERPADU SATU PINTU**  
Jl. Jend. Sukawati Nomor 40. Telp/Fax : (0421)921695 Pinrang 91212

**KEPUTUSAN KEPALA DINAS PENANAMAN MODAL  
DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU KABUPATEN PINRANG**  
Nomor : 503/0373/PENELITIAN/DPMTSP/06/2024  
Tentang

**SURAT KETERANGAN PENELITIAN**

Memimbang : bahwa berdasarkan penelitian terhadap permohonan yang diterima tanggal 21-06-2024 atas nama JURIA DEWI, dianggap telah memenuhi syarat-syarat yang diperlukan sehingga dapat diberikan Surat Keterangan Penelitian.

Mengingat :

1. Undang – Undang Nomor 29 Tahun 1959,
2. Undang – Undang Nomor 18 Tahun 2002,
3. Undang – Undang Nomor 25 Tahun 2007,
4. Undang – Undang Nomor 25 Tahun 2009,
5. Undang – Undang Nomor 23 Tahun 2014,
6. Peraturan Presiden RI Nomor 97 Tahun 2014,
7. Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 3 Tahun 2018 terkait Penerbitan Surat Keterangan Penelitian,
7. Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 64 Tahun 2011 sebagaimana telah diubah dengan Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 7 Tahun 2014,
8. Peraturan Bupati Pinrang Nomor 48 Tahun 2016, dan
9. Peraturan Bupati Pinrang Nomor 38 Tahun 2019.

Memperhatikan :

1. Rekomendasi Tim Teknis PTSP : 0735/R/T.Teknis/DPMTSP/06/2024, Tanggal : 21-06-2024
2. Berita Acara Pemeriksaan (BAP) Nomor : 0374/BAP/PENELITIAN/DPMTSP/06/2024, Tanggal : 21-06-2024

**MEMUTUSKAN**

Menetapkan :

**KESATU** :

1. Memberikan Surat Keterangan Penelitian kepada
1. Nama Lembaga : INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) PAREPARE
2. Alamat Lembaga : JL. AMAL BAKIT NO. 8 SOREANG PAREPARE
3. Nama Peneliti : JURIA DEWI
4. Judul Penelitian : EFEKTIVITAS PROBLEM FOCUSED COPING DALAM MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR DI UPT SMA NEGERI 1 PINRANG
5. Jangka waktu Penelitian : -1 Bulan
6. Sasaran/target Penelitian : SISWA SISWI KELAS 10 DAN 11 SMAN 1 PINRANG
7. Lokasi Penelitian : Kecamatan Watang Sawitto

**KEDUA** : Surat Keterangan Penelitian ini berlaku selama 6 (enam) bulan atau paling lambat tanggal 21-12-2024.

**KETIGA** : Peneliti wajib mentaati dan melakukan ketentuan dalam Surat Keterangan Penelitian ini serta wajib memberikan laporan hasil penelitian kepada Pemerintah Kabupaten Pinrang melalui Unit PTSP selambat-lambatnya 6 (enam) bulan setelah penelitian dilaksanakan.

**KEEMPAT** : Keputusan ini mulai berlaku pada tanggal ditetapkan, apabila dikemudian hari terdapat kekeliruan, dan akan diadakan perbaikan sebagaimana mestinya.

Diterbitkan di Pinrang Pada Tanggal 24 Juni 2024

Ditandatangani Secara Elektronik Oleh :  
**ANDI MIRANI, AP.M.Si**  
NIP. 197406031993112001  
**Kepala Dinas Penanaman Modal dan PTSP**  
Selaku Kepala Unit PTSP Kabupaten Pinrang

Blaya : Rp 0,-

  Balai Sertifikasi Elektronik   

## Lampiran 5: Tabulasi Data

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | Total |     |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|-------|-----|
| 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5  | 5  | 5  | 4  | 4  | 4  | 5  | 5  | 5  | 5  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 5     | 113 |
| 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5  | 5  | 5  | 4  | 4  | 4  | 4  | 5  | 5  | 5  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 5     | 109 |
| 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5  | 5  | 5  | 4  | 4  | 4  | 5  | 5  | 5  | 5  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 5     | 112 |
| 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 3 | 5 | 4 | 4 | 5  | 4  | 3  | 4  | 5  | 4  | 3  | 4  | 5  | 5  | 5  | 3  | 4  | 4  | 4  | 5     | 102 |
| 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 3 | 5 | 4 | 4 | 5  | 4  | 3  | 4  | 4  | 4  | 3  | 4  | 5  | 5  | 4  | 3  | 4  | 4  | 4  | 5     | 100 |
| 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5  | 5  | 4  | 4  | 4  | 4  | 3  | 4  | 5  | 5  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 5     | 104 |
| 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 3  | 4  | 4  | 4  | 4  | 5     | 101 |
| 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 3 | 5 | 4 | 4 | 5  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 3  | 4  | 4  | 4  | 4  | 5     | 100 |

|    | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | Total | Kategori |
|----|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|-------|----------|
| 1  | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4  | 4  | 4  | 5  | 5  | 5  | 5  | 4  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 115   | Sedang   |
| 2  | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 4  | 5  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 115   | Sedang   |
| 3  | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5  | 4  | 4  | 5  | 5  | 4  | 5  | 4  | 5  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 108   | Sedang   |
| 4  | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4  | 5  | 4  | 5  | 5  | 5  | 4  | 5  | 4  | 4  | 4  | 4  | 5  | 5  | 5  | 111   | Sedang   |
| 5  | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 120   | Tinggi   |
| 6  | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4  | 4  | 4  | 5  | 4  | 4  | 4  | 4  | 5  | 4  | 4  | 4  | 4  | 5  | 4  | 104   | Sedang   |
| 7  | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 5  | 4  | 5  | 98    | Sedang   |
| 8  | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4  | 4  | 5  | 4  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 4  | 4  | 5  | 114   | Sedang   |
| 9  | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 3  | 4  | 5  | 4  | 5  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 102   | Sedang   |
| 10 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4  | 4  | 4  | 4  | 5  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 101   | Sedang   |
| 11 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5  | 5  | 5  | 5  | 3  | 4  | 4  | 4  | 5  | 4  | 5  | 4  | 4  | 4  | 4  | 107   | Sedang   |
| 12 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 3  | 3  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 96    | Sedang   |
| 13 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4  | 3  | 4  | 4  | 4  | 3  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 95    | Sedang   |
| 14 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 119   | Sedang   |
| 15 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 3  | 5  | 4  | 5  | 4  | 4  | 2  | 5  | 4  | 5  | 4  | 4  | 5  | 4  | 4  | 102   | Sedang   |
| 16 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 2  | 4  | 4  | 3  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 94    | Sedang   |
| 17 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5  | 4  | 5  | 5  | 5  | 5  | 2  | 5  | 4  | 5  | 4  | 5  | 5  | 5  | 5  | 113   | Sedang   |
| 18 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 3  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 95    | Sedang   |
| 19 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 2  | 5  | 4  | 4  | 3  | 3  | 2  | 3  | 4  | 4  | 3  | 4  | 4  | 5  | 4  | 93    | Sedang   |
| 20 | 4 | 4 | 3 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 2  | 5  | 5  | 5  | 3  | 3  | 3  | 4  | 4  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 103   | Sedang   |
| 21 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 3  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 113   | Sedang   |
| 22 | 4 | 4 | 3 | 5 | 3 | 2 | 5 | 5 | 5 | 2  | 4  | 4  | 4  | 4  | 3  | 3  | 5  | 5  | 5  | 4  | 4  | 4  | 4  | 3  | 94    | Sedang   |
| 23 | 5 | 5 | 2 | 5 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3  | 2  | 5  | 5  | 4  | 5  | 2  | 4  | 4  | 5  | 5  | 4  | 4  | 5  | 4  | 96    | Sedang   |
| 24 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3  | 4  | 4  | 5  | 4  | 4  | 2  | 4  | 4  | 5  | 5  | 5  | 4  | 4  | 5  | 102   | Sedang   |
| 25 | 4 | 5 | 5 | 5 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3  | 5  | 4  | 5  | 5  | 3  | 4  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 106   | Sedang   |
| 26 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5  | 5  | 4  | 5  | 5  | 3  | 4  | 4  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 4  | 5  | 113   | Sedang   |
| 27 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4  | 5  | 5  | 5  | 4  | 5  | 5  | 5  | 5  | 4  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 115   | Sedang   |
| 28 | 4 | 4 | 3 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5  | 4  | 4  | 4  | 4  | 5  | 3  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 98    | Sedang   |
| 29 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 120   | Tinggi   |
| 30 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 3 | 3  | 3  | 3  | 4  | 4  | 2  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 4  | 4  | 3  | 5  | 99    | Sedang   |
| 31 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5  | 5  | 5  | 4  | 3  | 3  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 5  | 104   | Sedang   |
| 32 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2  | 5  | 5  | 5  | 4  | 4  | 2  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 3  | 5  | 102   | Sedang   |
| 33 | 5 | 5 | 3 | 3 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 3  | 4  | 4  | 4  | 4  | 2  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 4  | 5  | 102   | Sedang   |
| 34 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 3 | 4  | 2  | 5  | 4  | 4  | 5  | 2  | 5  | 5  | 5  | 5  | 4  | 5  | 4  | 5  | 106   | Sedang   |
| 35 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5  | 2  | 5  | 4  | 4  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 4  | 4  | 4  | 3  | 5  | 108   | Sedang   |
| 36 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5  | 5  | 5  | 5  | 4  | 2  | 4  | 5  | 5  | 5  | 5  | 4  | 5  | 4  | 5  | 112   | Sedang   |
| 37 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5  | 5  | 2  | 5  | 5  | 5  | 2  | 5  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 102   | Sedang   |
| 38 | 4 | 4 | 3 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5  | 4  | 5  | 5  | 5  | 5  | 2  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 4  | 4  | 5  | 109   | Sedang   |
| 39 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 3 | 5  | 4  | 5  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 5  | 5  | 4  | 4  | 4  | 4  | 5  | 106   | Sedang   |
| 40 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4  | 2  | 4  | 4  | 4  | 2  | 4  | 4  | 4  | 5  | 4  | 4  | 4  | 5  | 4  | 98    | Sedang   |
| 41 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4  | 4  | 5  | 4  | 4  | 5  | 5  | 4  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 4  | 5  | 112   | Sedang   |
| 42 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4  | 3  | 5  | 5  | 3  | 2  | 5  | 5  | 5  | 5  | 4  | 4  | 5  | 5  | 4  | 105   | Sedang   |
| 43 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5  | 4  | 5  | 4  | 4  | 4  | 5  | 4  | 5  | 4  | 4  | 4  | 4  | 5  | 4  | 107   | Sedang   |
| 44 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 5  | 5  | 5  | 5  | 4  | 4  | 4  | 4  | 5  | 4  | 106   | Sedang   |
| 45 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5  | 5  | 2  | 4  | 4  | 4  | 5  | 4  | 5  | 5  | 5  | 4  | 4  | 5  | 4  | 105   | Sedang   |
| 46 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5  | 5  | 2  | 4  | 4  | 4  | 5  | 4  | 5  | 4  | 5  | 4  | 5  | 5  | 5  | 110   | Sedang   |
| 47 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5  | 4  | 5  | 4  | 4  | 4  | 5  | 4  | 5  | 4  | 4  | 5  | 4  | 4  | 5  | 108   | Sedang   |
| 48 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4  | 5  | 4  | 4  | 4  | 4  | 5  | 5  | 5  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 106   | Sedang   |
| 49 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 5  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 102   | Sedang   |
| 50 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 4  | 5  | 4  | 5  | 4  | 4  | 4  | 5  | 4  | 4  | 107   | Sedang   |
| 51 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 4  | 5  | 4  | 5  | 4  | 4  | 4  | 5  | 4  | 112   | Sedang   |
| 52 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5  | 5  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 5  | 4  | 5  | 4  | 4  | 5  | 4  | 5  | 109   | Sedang   |
| 53 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4  | 4  | 5  | 4  | 4  | 4  | 5  | 4  | 4  | 5  | 5  | 4  | 4  | 4  | 4  | 105   | Sedang   |
| 54 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5  | 4  | 4  | 5  | 4  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 4  | 5  | 4  | 5  | 111   | Sedang   |
| 55 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4  | 4  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 114   | Sedang   |
| 56 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5  | 4  | 5  | 4  | 5  | 5  | 5  | 4  | 5  | 5  | 4  | 4  | 4  | 5  | 4  | 110   | Sedang   |
| 57 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4  | 4  | 5  | 5  | 5  | 4  | 5  | 4  | 5  | 4  | 4  | 4  | 5  | 4  | 5  | 105   | Sedang   |
| 58 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4  | 4  | 4  | 5  | 5  | 4  | 5  | 4  | 5  | 5  | 5  | 5  | 4  | 5  | 3  | 109   | Sedang   |
| 59 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4  | 4  | 5  | 5  | 5  | 4  | 5  | 4  | 5  | 5  | 4  | 4  | 4  | 5  | 4  | 106   | Sedang   |
| 60 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5  | 4  | 4  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 4  | 4  | 4  | 5  | 3  | 5  | 110   | Sedang   |
| 61 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 3 | 5  | 4  | 5  | 5  | 5  | 5  | 4  | 5  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 3  | 5  | 107   | Sedang   |
| 62 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5  | 4  | 4  | 4  | 4  | 3  | 5  | 4  | 5  | 5  | 4  | 5  | 4  | 4  | 5  | 106   | Sedang   |
| 63 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4  | 4  | 4  | 5  | 4  | 4  | 5  | 4  | 5  | 4  | 4  | 3  | 5  | 4  | 5  | 98    | Sedang   |
| 64 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4  | 4  | 4  | 5  | 5  | 2  | 5  | 4  | 5  | 5  | 4  | 4  | 5  | 5  | 5  | 106   | Sedang   |
| 65 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5  | 4  | 5  | 4  | 5  | 5  | 5  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 5  | 3  | 5  | 108   | Sedang   |
| 66 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 3 | 4  | 4  | 4  | 5  | 5  | 5  | 4  | 5  | 4  | 4  | 4  | 4  | 5  | 4  | 5  | 108   | Sedang   |
| 67 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4  | 3  | 5  | 4  | 5  | 5  | 5  | 4  | 5  | 4  | 4  | 4  | 5  | 3  | 4  | 104   | Sedang   |
| 68 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4  | 2  | 5  | 4  | 5  | 2  | 5  | 4  | 5  | 5  | 4  | 4  | 5  | 4  | 5  | 101   | Sedang   |
| 69 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 3 | 4  | 2  | 5  | 5  | 5  | 2  | 5  | 4  | 5  | 5  | 4  | 4  | 5  | 4  | 5  | 105   | Sedang   |
| 70 | 3 | 3 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1  | 2  | 2  | 1  | 1  | 1  | 2  | 1  | 2  | 2  | 1  | 2  | 2  | 2  | 3  | 42    | Rendah   |
| 71 | 2 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 2  | 2  | 2  | 1  | 2  | 2  | 1  | 2  | 1  | 2  | 37    | Rendah   |
| 72 | 3 | 4 | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2  | 2  | 2  | 1  | 2  | 1  | 2  | 2  | 2  | 1  | 2  | 3  | 1  | 1  | 3  | 44    |          |

**Lampiran 6: Uji Normalitas****Tests of Normality**

|          | Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup> |    |                   | Shapiro-Wilk |    |      |
|----------|---------------------------------|----|-------------------|--------------|----|------|
|          | Statistic                       | df | Sig.              | Statistic    | df | Sig. |
| Pretest  | .161                            | 8  | .200 <sup>*</sup> | .939         | 8  | .600 |
| Posttest | .218                            | 8  | .200 <sup>*</sup> | .847         | 8  | .089 |

\*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

|                                  |                |                         |
|----------------------------------|----------------|-------------------------|
|                                  |                | Unstandardized Residual |
| N                                |                | 8                       |
| Normal Parameters <sup>a,b</sup> | Mean           | .0000000                |
|                                  | Std. Deviation | 4.87261699              |
| Most Extreme Differences         | Absolute       | .265                    |
|                                  | Positive       | .265                    |
|                                  | Negative       | -.184                   |
| Test Statistic                   |                | .265                    |
| Asymp. Sig. (2-tailed)           |                | .102 <sup>c</sup>       |

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

**Lampiran 7: Uji Homogenitas****Test of Homogeneity of Variances**

|         |                                      | Levene Statistic | df1 | df2    | Sig. |
|---------|--------------------------------------|------------------|-----|--------|------|
| Prepost | Based on Mean                        | 3.866            | 1   | 14     | .069 |
|         | Based on Median                      | 1.538            | 1   | 14     | .235 |
|         | Based on Median and with adjusted df | 1.538            | 1   | 11.850 | .239 |
|         | Based on trimmed mean                | 3.591            | 1   | 14     | .079 |

**ANOVA**

Prepost

|                | Sum of Squares | df | Mean Square | F       | Sig. |
|----------------|----------------|----|-------------|---------|------|
| Between Groups | 15625.000      | 1  | 15625.000   | 789.711 | .000 |
| Within Groups  | 277.000        | 14 | 19.786      |         |      |
| Total          | 15902.000      | 15 |             |         |      |

**Lampiran 8: Uji Paired T-Test****Paired Samples Statistics**

|        |          | Mean   | N | Std. Deviation | Std. Error Mean |
|--------|----------|--------|---|----------------|-----------------|
| Pair 1 | Pretest  | 42.75  | 8 | 3.327          | 1.176           |
|        | Posttest | 105.25 | 8 | 5.339          | 1.887           |

**Paired Samples Correlations**

|        |                    | N | Correlation | Sig. |
|--------|--------------------|---|-------------|------|
| Pair 1 | Pretest & Posttest | 8 | .599        | .116 |

|        |                    | Paired Samples Test |                |                 |         |                                           |         |    |                 |
|--------|--------------------|---------------------|----------------|-----------------|---------|-------------------------------------------|---------|----|-----------------|
|        |                    | Paired Differences  |                |                 |         | 95% Confidence Interval of the Difference |         |    |                 |
|        |                    | Mean                | Std. Deviation | Std. Error Mean | Lower   | Upper                                     | t       | df | Sig. (2-tailed) |
| Pair 1 | Pretest - Posttest | -62.500             | 4.276          | 1.512           | -66.075 | -58.925                                   | -41.340 | 7  | .000            |

## Lampiran 9: Dokumentasi





## BIODATA PENULIS



Juria Dewi, lahir di Pinrang 9 Maret 2001. Anak kedua dan satu-satunya anak perempuan dari pasangan suami istri Hasanuddin dan Kamaria. Terkait jenjang pendidikan, penulis pernah sekolah di SD Inpres Mopa Baru Merauke pada tahun 2008-2010 lalu pada tahun 2011-2012 memilih pindah dan menjadi alumni dari SDN 25 Pinrang.

Pada tahun 2013-2015, penulis kemudian melanjutkan pendidikan di SMP Muhammadiyah Merauke namun pada tahun 2016 penulis kemudian pindah sekolah di MTsN Pinrang.

Pada tahun 2016, penulis melanjutkan pendidikan menengah atas di Madrasah Aliyah Negeri (MAN) Pinrang dan tamat pada tahun 2019. Berkat harapan dan doa orang tua, penulis kemudian melanjutkan pendidikan perguruan tinggi di Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Parepare. Memanfaatkan kesempatan tersebut menjadi mahasiswa, penulis memilih lembaga Himpunan Mahasiswa Islam (HMI) Komisariat Bumi Harapan Cabang Parepare sebagai ruang belajar tambahan untuk memperluas wawasan keislaman dan kebangsaan.